

☆☆☆ 生徒支援だより 5月号

結繫～きずな～

令和 6年 4月 26日発行
府中町立府中緑ヶ丘中学校
生徒支援部 ☆☆☆

連休中も落ち着いた学校生活を定着させよう！

新しいクラスになって一ヶ月がたちました。生活にも慣れてきたころと思います。4月は良いスタートになったのでしょうか。これからゴールデンウィークの期間となりますが、4月の疲れをしっかりととるとともに今できてきたリズムを崩さないようにも心がけていきましょう。

さて、5月休み明けには、生徒総会や春季大会、体育祭の練習など忙しい毎日が続きます。また、3年生は進路説明会の行事も予定されています。様々な行事を通して生徒の自主性や自立心を育み、生徒自らの力で落ち着いた生活が送れるように支援していきたいと思いますので、保護者の皆様のご理解とご協力を宜しくお願いいたします。

【意識してほしい3つのこと】

1. 生活、学習の計画を立て、規則正しい生活を送る。

長期の休みの後、生活が不規則になり、「起床・就寝・食事等」の生活時間が乱れないよう気をつけてください。特に就寝時間と朝ごはんを食べることは気になります。中高生の睡眠時間は8時間～10時間と推奨されています。睡眠不足は心の不安にもつながります。しっかりと睡眠をとり、昼間は体を動かしたりや頭を働かせたりして、しっかりとご飯を食べる。この循環をぜひつくってみてください。

2. 積極的に部活動に取り組む。

この時期どの部も大会が多くあります。時間・場所などは顧問の先生の指示をしっかりと聞きながら活動しましょう。大会でのマナーもしっかり守るのも当たり前のことです。積極的に部活動に参加し、社会や集団でのコミュニケーションの取り方を学んでいきましょう。

3. その他

変な電話がかかってきたり、不審者にあたりしたら、直ちに警察へ通報しましょう。(110番) その時に対応してもらうのが一番対応できます。躊躇することなく警察に連絡しماしてください。

ミニ SST を行いました！！

府中緑ヶ丘中学校では、10年前から SST の授業に取り組んでいます。SST とは何の略でしょうか。S（ソーシャル）・S（スキル）・T（トレーニング）の略称です。日本語に直すと「社会に必要な力をつける練習」です。年間授業で7回、コミュニケーションの取り方やトラブルへの対応の仕方、犯罪に巻き込まれないための力などテーマごとに7回に分けて身につけていきます。

今年度はさらに、月に1回その SST を実践する機会として、帰りの SHR の時間を使って、「ミニ SST」を実施していきます。とにかくクラスの間でコミュニケーションをとる機会にしてもらえたらと思います。その時に少しずつスキルを伝えていくので、意識して取り組んでみてください。1回目は「多くのクラスメイトと話をする」をテーマに「私は誰でしょう？ゲーム」を行いました。今回初めて話をしたクラスメイトもいるのではないのでしょうか。これをきっかけに「つながり」が生まれると嬉しいです。3年生は来週実施予定ですので、楽しみに。



【生徒指導規程について】

本校の生徒指導規程を保護者の皆様にお知らせしています。生徒指導規程は本校の生徒指導の基準となるものです。この規程に基づき「社会で許されない行為は、学校でも許されない」ということを学校の姿勢として示し、保護者の皆様のご理解とご協力をお願いしています。本校ホームページにも載せていきますので、時間がある際には一読していただきけたらありがたいです。よろしくお願いいたします。