



旭陽中校長室だより

NO.4

令和7年8月25日(月) 発行: 大阪市立旭陽中学校長 辰巳千佳子

さあ！今日から2学期！

2学期がはじまります！

今年の夏休みは、どうでしたか？例年より暑さがとても厳しく、熱中症のニュースが毎日のようにありました。また、線状降水帯や集中豪雨による災害のニュースも複数飛び込んできました。

でも、普段より時間のゆとりもあり、リフレッシュできたことだと思います。今日からまた新しい学期の始まりです。生活リズムを整え、生き生きとした学校生活が送れるようにしましょう。

3年生はいよいよ進路決定に向けて、動き出す時期になってきました。さっそく、明日26日は第2回実力テストです。この夏の努力が形になって現れるといいですね。



2学期はテストや懇談など目まぐるしく、それに流されていると自分の進路についてゆっくり考える間もなく決めなければならなくなります。秋には多くの学校で体験入学や説明会などが催されますから、積極的に自ら動いて自分の進路を見つけましょう。

1・2年生も、明日27日に課題テストがあります。1学期の復習や課題はできましたか？部活動などに全力投球だった人もいることと思います。それぞれの夏の目標に向けてどれだけできたか、振り返ってみてください。

あなたのやる気スイッチはどこ？

やらなければならないこと、やりたいことがあるのに、それを先延ばしにしてしまって、ずるずると取り掛かれないことがあります。特にしんどいことや勉強などはできればしたくない！その気持ちはとてもよくわかります。

こんな言葉があります。

「1日怠けると、3日怠けてしまう。3日怠けると、1週間怠けてしまう。1週間怠けると1か月怠けてしまう。1か月怠けるとがんばることが難しくなる」

学習は特にそうなりがちです。

「やる気スイッチ」の入れ方はいろいろあるそうなので、いくつか紹介しますね。あなたのスイッチの入れ方に合いそうなのはどれでしょうか？

1. 決意したその時から始めること

何かに取り組もうとするとき、一番エネルギーを使うのが「始める」ことで、いったん始まれば続けることはそう難しいことではない。

2. ごほうびを設定する。

取り掛かって終わったら、何か好きなことをする楽しい予定を設定する。

3. やるべきことを、具体的にスマールステップでイメージする。

「宿題完成」という大きいことではなく、「水分補給する」「机の前に座って、宿題を出す」「筆記

用具をもって、最初のページに取り掛かる」「わかるところからやる」など

高校の時の社会の先生は2の方法をとっていました。マンガを読むのが大好きな先生で、机の前に読みたいマンガを置いて、「この宿題やったら、マンガを読む」というようにしていたそうです。この方法は私には向いていませんでした。(誘惑に負けて先にマンガを読んでしまうから)

大体は1か3の方法です。

あなたの「やる気スイッチ」、始業式の今日からONにしてください。

<この夏のトピックス>

おおさか子ども市会～中学生市会～

8月19日(火)14:00より、大阪市議会場において、令和7年度「おおさか子ども市会～中学生市会～」が行われ、旭陽中学校からは生徒会の宮脇さん、志波さんが参加しました。

「いのち輝く未来のおおさかをデザインしよう～Beyond EXPO 2025～」というテーマで6つの委員会を設け、市政に関する質問をします。この本会議で、生徒が意見や質問を発表し、大阪市長がそれに答弁を行うという催しです。

第1委員会で宮脇さんが、「若者の政治への関心を高めて、選挙の投票率を向上させる方法について考えよう」という質問を、第6委員会で志波さんが、「環境配慮の取組の普及拡大について考えよう」という質問をそれぞれ発表してくれました。

中学生の視点で、市政への質問や意見を述べていますが、どれも内容が濃く、鋭いものでした。私たちの生活と直結している大阪市政に対して、こうした関心を持ちより良い生活デザインを話し合い発表するといった取組を通して、大阪の中学生の素晴らしい力を垣間見ることができました。

部活動

この夏休みに、様々な部活動で対外試合やコンクールなどが行われ、大きな成果を上げました。始業式での賞状伝達は、毎年のようにたくさんあってうれしい悲鳴です。

部活動を通して、やり抜く根気や達成感、体力などを得ることができたと思います。

2学期も頑張ってくださいね。

保護者の皆様へ

長いようで短い夏休みが明け、2学期になりました。長期休業明けは、学校に行くのが、少し気が重い、行きたくないといった気持になります。マイペースで過ごせた毎日が、時間に追われがちなものに戻っていき、1学期に積み残したことがまた、心に戻ってくることが多いからです。子どもたちの心のバランスを取り戻していくためにも少しの変化にも声掛けすることなど、今まで以上に注意を払いながら取り組んでまいります。ご家庭におかれましても、お子様の様子に目を向け、学校とも密に連携をとっていただけますようご理解ご協力をお願いいたします。