



# 学校だより



## 学校教育目標

たくましく生き抜く力の  
育成をめざす!

- ・自ら学び考える力の育成
- ・豊かな心の育成
- ・社会性の育成

千里みらい夢学園 TEL 06-6871-0661

吹田市立竹見台中学校 FAX 06-6871-1168 令和4年11月1日発行

## 心休まる時間

校長 小林 太郎

みなさん、学校生活は充実していますか？

授業、部活動、休み時間、行事の取組み、友達と遊ぶ…などいろんな場面があって忙しいかもしれませんが、その分やりがいがあったり、苦勞して目標を達成する喜びがあったりして、それはそれで充実していると捉えている人も多いと思います。

しかし、休みの日など自由な時間があるときでも、様々な心配事のことばかり考えて、悩み苦しんでいる人も少なくないと思います。悩むことは悪いことではありません。中学生の時期は悩み多き青春時代です。ただ、悩んでいる間に悪い方悪い方に考えてしまって自分に自信を無くしていき、動けなくなるとは悪循環におちいります。

そこで、私がこれまでやってきた「心の休め方」をみなさんに伝授しますので、参考にしてください。

1つ目は、「悩み考える時間を区切ること」です。これは、しっかり悩んで対策を考えなければならぬとき、意識しないと何時間も悩み続けてしまうので、例えば2時間考えに考えたのち全然違う楽しいことや趣味の時間に切り替えるということです。私の場合は、中学生の頃なら音楽を聴いたり、友達と遊んだりしていました。大人になってからは、植物を育てる、ガーデニングに関係ある木製品をつくる、読書、日本中に行きたいところを地図やネットで探し実現できるよう計画を立てるなど、いろいろしてメリハリをつけるようにしています。

2つ目は、「辛いことを先にやっちゃってそれができたら自分にご褒美をあげること」です。中学生の頃は宿題など先に済ませて、心おきなく友達と遊びに行っていました。最近では日頃から計画している大自然の絶景を実際に見に行く、京都・奈良の神社仏閣を訪ねるなどをご褒美にしています。

私の心の休め方は、時期によってあれこれ変わってきましたが、みなさん参考にできることはありましたか？周りの人に迷惑をかけないように気を付けて、心休まる時間をつくることができるといいですね。

※もちろん、辛いことや労力がかかることを一切せず、すべて「心休まる時間」という人は、「苦勞してがんばる時間」が必要です。



# 行事予定

予定は変更となる場合があります。

日	曜	11月行事予定	給食	日	曜	12月行事予定	給食
1	火		全	1	木	SC	全
2	水	(3年実力テスト)/(2年校外学習)	1年 3年	2	金	(人権講演会)/(オープンスクール)	全
3	木	文化の日		3	土		
4	金		全	4	日		
5	土			5	月	読書	全
6	日			6	火	読書	全
7	月	1年認知症サポート講座/	読書 全	7	水	読書	全
8	火	45分×6限 7限生徒総会	読書 全	8	木	読書SC	全
9	水	1年仲間づくり	読書 全	9	金	読書	全
10	木	45分×5限/	読書SC 全	10	土		
11	金	1年歯科指導/金曜日登校 桃小13 千たけ小2/3年予備懇談/	読書 全	11	日		
12	土	PTA運営委員会		12	月		
13	日			13	火		
14	月	3年予備懇談/3年個人写真撮影/	全	14	水		全
15	火	3年予備懇談/	全	15	木	全学年個人懇談(6限~/)	全
16	水	3年予備懇談/	SC 全	16	金	全学年個人懇談(午後)/	なし
17	木	3年予備懇談/	全	17	土		
18	金	45分×6限 /金曜日登校 桃小24 千たけ小1/3年個人写真撮影/	全	18	日		
19	土			19	月	全学年個人懇談(午後)/	なし
20	日			20	火	全学年個人懇談(午後)/	なし
21	月	3年予備懇談/3年個人写真撮影/	読書 全	21	水	全学年個人懇談(午後)/	読書 なし
22	火	期末テスト/	読書 なし	22	木	全学年個人懇談(午後)/	読書 なし
23	水	勤労感謝の日		23	金	1限授業2限道徳3限大掃除4限終 業式/	なし
24	木	期末テスト/	読書SC なし	24	土		
25	金	期末テスト/	読書 なし	25	日		
26	土			26	月	冬季休業(~1月9日)	
27	日			27	火		
28	月		全	28	水	仕事納め	
29	火		全	29	木		
30	水	45分×6限 /	全	30	金		
				31	土		

・SC…スクールカウンセラー来校日

・読書…読書活動支援者来校日

・全→全学年給食、パン販売あり

・パン販売→パン販売のみあり



# 学校の様子

## ☆彡 すぼふえす。(第56回 体育大会)

10月19日(水)、第56回体育大会(すぼふえす。)が開催されました。竹中生全員がグラウンドにそろ  
うのは今年度初めて、1日開催としては、3年ぶりです。

今大会では各クラス個性を活かした、「クラス旗」を制作し、「すぼふえす。」を盛り上げてくれました。

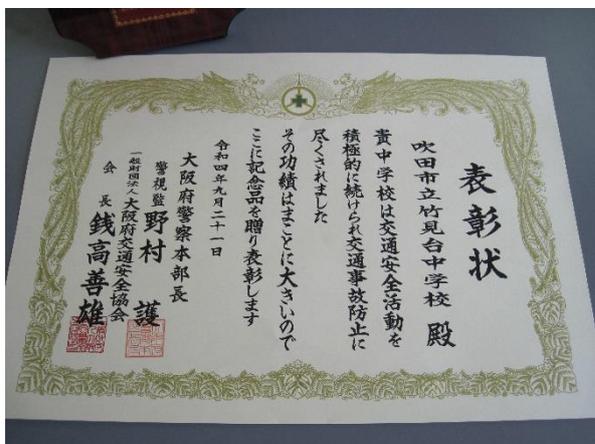
天気にも恵まれ、竹中生には良い思い出ができたと思います。

感染対策のため、観覧については、各家庭1名と保護者のみなさまには、ご迷惑をおかけしましたが、ご  
理解・ご協力ありがとうございました。



## ☆彡 竹見台中学校が表彰を受けました!

大阪府警察と、大阪府交通安全協会より、昨年度(令和3年度)に本校が交通安全活動を積極的に続けたとして、表彰を受けました。今後も交通ルールを守る、竹中生として頑張ってください。



## ☆彡 部活動の活躍

### 男子バスケットボール部

令和4年度 吹田市長杯旗争奪 秋季バスケットボール大会 第三位

### 美術部

第13回帝塚山ジュニアアート展 マンガ部門 優秀賞

天野 七実さん

歯の健康に関する作品コンクール ポスターの部 優秀

八木 美波さん



大阪府教育センターより

電話相談「すこやかダイヤル」推進週間第3期ページ(リンク先)

<https://www.osakac.ed.jp/matters/consultation/sukoyaka/soudan/>

index3.html

実施期間 令和4年11月7日(月)~11月11日(金)