

挑戦

～自分、仲間、そして夢実現～



味野中学校 第1学年
学年通信 NO.8
2025.11.4(火)



校内の木々も紅葉が進み秋も深まってきました。11月は、「〇〇の秋」とよく言われます。読書の秋・芸術の秋・スポーツの秋・勉強の秋・食欲の秋など、何に対しても取り組みやすい時期でもあります。何となく一日を過ごしてしまうのではなく、日々の生活を大切に、目標をもってチャレンジし、実り多き充実した秋になるようにしていきましょう。

また、だんだんと寒くなってきました。11月は校外学習や期末考査などの行事がありますので、体調管理を引き続きよろしくお願いいたします。

倉敷市自然の家減災学習 11/7(金)

- 集合時間：7：30 味野中グラウンド
- 服装：体操服、帽子
- 持ち物：ナップサック、しおり、筆記用具、水筒、タオル、軍手、スプーン、雨具（カップ・傘）
アルミホイル（15cm×15cm）、おにぎり（必要な人）

※ 当日の急な欠席連絡は、
7：00～7：15の間に味野中（442-2266、080-7636-4406）まで。



防災訓練

11/6(木) 事前指導

3時間目まで授業

給食なし 12時下校

期末考査 11/26(水)～28(金)



2学期期末考査が3日間実施されます。それに合わせて、11/19(水)～27(木)のテスト週間中に、メディアコントロールチャレンジを行います。味野中学校区の小学校とも連携して日程を設定しています。メディアとの付き合い方や使用のルールを決めるよい機会になればと思います。ご家庭でも話題にいただき、ご協力をお願いします。



【今から挑戦!! 期末考査で点数を上げる方法】

1. 分からないところを明確にする!
2. 日頃の授業で分からないところを放置しない!
3. ワークを3回以上解く!
4. 集中できる環境を作る!



ハートフル人権講演会 10/24(金)



岡山コミュニケーション研修講演企画の稲田尚久先生が講師として来校され、「今日から使えるアンガーマネジメント!～人も自分も傷つけないために～」という演題で講演会を実施しました。アンガーマネジメント、伝え方、聴き方を中心に稲田先生の体験談を交えながら、楽しく学ぶことができました。

写真

～ 生徒の感想 ～

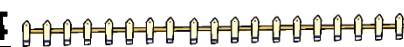
- ・ 僕が印象に残った言葉は「脳はネガティブ思考で1点集中になりやすい、ネガティブもポジティブも大事な感情で、自分の感情を認めることが大切。完璧な人はいない、お互い様、自分も他人も「ダメ出し」より「ヨイ出し」で認めよう」です。
- ・ 怒るときは、他人を傷つけたり、自分を傷つけたり、物を壊したりする怒り方はダメだと分かったし、自分も他人や自分を傷つけないようにしようと思った。短所は長所になるからポジティブな気持ちで毎日過ごしたいと思った。自分の感情を認めてあげることが大切で「まあ許せる」という感覚を広げ、心を安定させることが大切だと思った。
- ・ アンガーマネジメントや怒りの正体、怒りのメカニズム、怒りの温度などについて学ぶことができました。今日から使えることもいっぱい教えてもらったのでこれからの生活が、楽しくおもしろくなりそうと思いました。イライラしても6秒待つことが自分にもできそうだなと思いました。
- ・ 自分の感情を認めることは大切だけど、すぐに怒らずに6秒待つことが大事だと分かりました。自分の欠点や短所も長所に変換できることもこの講演で分かりました。ネガティブなところもポジティブにリフレーミングできることが知れてよかったです。

11月の行事



日	曜日	行事	日	曜日	行事
1	土		16	日	
2	日		17	月	
3	月	文化の日	18	火	
4	火	専門委員会	19	水	試験範囲発表 メディチャレ
5	水		20	木	
6	木	事前指導 給食なし	21	金	
7	金	減災学習	22	土	
8	土		23	日	勤労感謝の日
9	日		24	月	振替休日
10	月	読書週間 ～18日(火)	25	火	登校指導
11	火		26	水	期末考査 給食なし
12	水		27	木	期末考査 給食なし
13	木		28	金	期末考査 給食あり 専門委員会
14	金	県中学校駅伝大会	29	土	
15	土		30	日	

12月の主な行事



- 3(水) 学力定着状況確認テスト①国②数
- 5(金) 自分で作る弁当の日、学校保健委員会
- 15(月)～17(水) 三者懇談
- 19(金) 給食最終日
- 24(水) 終業式



保護者の方へ

15(月)～17(水)の三者懇談
お世話になります。
日時の希望調査を後日
配布しますのでよろしく
お願いいたします。

