

つばさだより 2月号

港区適応指導教室
〈つばさ教室〉
平成31年2月1日発行

(住所) 港区東麻布2-1-1 (電話) 3589-2071
(HPアドレス) <http://tsubasa.minato-ky.ed.jp/>

がんばれ、3年生

2月3日は節分、2月4日が立春です。節分とは季節を分けるという意味があります。季節を分ける日は1年に4回あり、春夏秋冬それぞれの季節に始まりの日が決められており、春の始まりを立春といいます。古来より季節の変わり目には邪気（鬼や魔物）が生じると考えられ、その邪気を追い払い無病息災を願うために豆まきが始まったといわれています。特に冬から春になる立春は1年の境目と考えられ、新年を迎えることと同じぐらい大切な日とされ、現在でも立春の前日だけが節分として残っています。暦の上では春になりますが、まだまだ厳しい寒さが続きそうです。インフルエンザの流行も気になりますが皆さんは大丈夫でしょうか。

中学3年生にとって、高校入試もいよいよ佳境に入ります。入試本番に向け、最後の追い込みで大変だと思いますが、以下のことも確認してください。

〈朝型の生活リズム〉

人間の脳は完全に目覚めるのに2時間程度かかるそうです。入試当日は、朝9時には最初の教科の試験が始まると思います。遅くとも7時には起きましょう。さらに朝食、排便などの習慣も大切です。入試当日だけ行くとかえってぼーっとしたり、おなかが痛くなったりすることもあります。今からリズムを整えましょう。

〈交通経路の確認〉

試験会場までの交通経路は大丈夫ですか。朝は通勤や通学のラッシュに重なることもあります。余裕をもって家を出ましょう。また、トラブルや悪天候による電車の遅れや運休などが発生することがあります。念のために、別のルートや交通手段も調べておきましょう。前の日に天気予報の確認も忘れずに。雨や雪の予報のときは、早めに出発しましょう。万一、集合時間に遅れそうな場合は、中学校に電話で連絡し指示を仰ぎましょう。

〈服装、身だしなみの確認〉

頭髪…清潔感のある長さ。女子は必要に応じて結んでもよい。流行の髪型は不向き。

制服…汚れやほつれ、破れなどはないか。ボタンはとれていないか。スカートやスラックスの丈は適切か。

靴（上履き）…汚れ、破損、かかとの踏み潰しなどがないか。

鞄…不要なアクセサリ類がついていないか。落書きはないか。

〈持ち物〉

筆記用具、受験票、交通費、生徒手帳、その他必要なもの（昼食、上履き、雨具など）

〈会場に着いたら〉

係員の指示に従って行動する。自分の座席やトイレの場所を確認するとともに、掲示物に注意し、必要に応じてメモを取る。友人がいても、大声を出さないようにしましょう。

防災とボランティアの日

1月17日（木）は防災とボランティアの日でした。1995年1月17日に起こった阪神・淡路大震災において、災害時のボランティアと平常時における自発的な防災活動の重要性が認識されたことにより制定されました。つばさでは、この趣旨の理解を深めるため、麻布消防署のご理解と協力のもと救急救命についての体験を行い、AEDの使用方法や、止血の仕方などを学びました。平成に入り、阪神淡路大震災や東日本大震災など大きな地震がいくつも起こりましたが、そこでは、中学生や高校生のボランティア活動が大きな力となりました。まずは自分の安全確保ですが、周囲が落ち着いたら困っている人に手を差し伸べられると良いですね。自助・共助の精神です。

子供たちの感想（一部抜粋）

- ・私は、つばさでの防災学習は2回目でした。昨年もAEDについていろいろ教えてもらったのですが、忘れていたことが多く、今年も聞くことができよかったです。もし本当に倒れている人がいたら今回のことを踏まえて自分から応急手当をしてあげたいです。
- ・説明がわかりやすかった。この体験を活かして実際に人が倒れていても落ち着いて行動できるようにしたい。
- ・今日は、応急手当からAEDの使い方までしっかりと学ぶことができました。もしもの時に今回学んだことを活かせるように手順を忘れずにたいです。応急手当やAEDを使わないといけない状況は誰にでも起こりうるので積極的に声をかけられるようになりたいです。
- ・何回かAEDの使い方について話を聞いたことはあったが、より分かりやすかったと思う。
- ・機械だから難しいやり方なのかと思っていたけれど、機械が使い方を言ってくれてわかりやすかった。
- ・初めてだったけれど、思いのほか簡単だった。止血方法も教えてもらったので本番では率先してやりたいです。消防の仕事にも興味を持てた。
- ・マンションにもAEDがあるが使い方もわからず、難しいと思っていたが、使ってみると簡単でした。緊張したけれど勉強になりました。



絵画教室について

すでにご案内済みですが、2月7日（木）の午後、臨床美術士の先生をお招きし、絵画教室を実施いたします。創作意欲の向上と観察力や計画的に作業を進める能力を高めることをねらいとしています。日頃の活動では体験できないことです。子供たちの感性を楽しみにしています。

==== **2月の予定** ====

- | | |
|------------------|-------------------------------------|
| 入 試 関 係 | 私立一般入試 発表、手続き 2月10日以降 |
| | 都立高校 一般出願 2月6日・7日 学力検査・面接 2月22・23日 |
| | 発表 3月1日 |
| 体 育 活 動 | 2月5日（火）、12日（火）、14日（木）、26日（火）、28日（木） |
| | ※ 中学生は学年末考査のため体育活動を行わない日があります。 |
| 絵 画 教 室 | 2月7日（木）13:00～15:00 |
| 外 国 語 活 動 | 2月13日（水）、20日（水） |