長洲中だより

校訓
創健誠
造康実

第２３号
校長（好調）室だより
発行　平成３１年３月２２日
文責　校長　中山直幸

卒業生５４名巣立つ！

卒業式後　先生方へのメッセージ

吹奏楽部OB、OGの皆さん

多くのご来賓や保護者の皆様のご臨席の下、第７２回卒業証書授与式を３月９日（土）に行いました。卒業生の晴れ晴れとした姿や集中した態度、先生方への感謝の言葉など成長した姿を見て、多くの方々が感動されていました。長洲中の顔として活躍してくれた皆さんに心から感謝するとともに、今後のさらなる活躍を期待しています。また、卒業式を盛り上げようと２名しかいない吹奏楽部に加わり、入退場の演奏をしていただいた吹奏楽部のＯＢ、ＯＧの皆さんに感謝します。ありがとうございました。

主な進路先

３月１３日公立高校合格発表行われ、卒業生の進路先が決まりました。全員が第一希望とはいきませんでしたが、４月からは、新たなステージで長洲中出身者として誇りを持って、力を発揮してくれると思います。頑張れ卒業生！

高校	人数
玉名工業	１０
玉名	８
玉名女子	７
北稜	５
文徳	３
済々黌	２
岱志	２
有明	２
誠修	２
明光	２
熊本、第一、三池、有明高専、千原台、ひのくに、創成館、有明高専、天草拓心、長崎総科大附属他	

調理実習ボランティア！

今、一年生では調理実習が行われています。筑前煮、サバの味噌煮、ハンバーグステーキなど慣れない手つきで取り組む生徒に、丁寧に指導してくださったのが調理実習ボランティアの皆さんです。地域婦人会や食生活改善推進委員会、１年生の保護者の皆様など延べ３５名の方々に授業のサポート役として指導していただきました。おかげでスムーズに美味しい料理をいただくことができたようです。お忙しい中ありがとうございました。

地域婦人会の方によるボランティア

自転車検討委員会引き継ぎ

昨年の７月２４日にスタートした自転車通学検討委員会が終了し、生活委員会へ仕事内容が引き継がれました。これまで８回以上の会議等を重ね、モデル地区の自転車通学を行う中で、課題を検討しながら交通指導に当たられ、大きな事故もなく今日に至っていることに感謝します。これからは、生活委員会で仕事内容が引き継がれ、不審者対策も含めて生徒の安全な登下校がなされると思います。よろしくお願いします。

引き継ぎの様子（3/12）

１・２年生クラスマッチ！

２年生開会式　選手宣誓

３月１９日（火）の５・６校時に、１年生はバスケットボール、２年生はサッカーの球技クラスマッチを行いました。企画運営は体育委員が中心となり、審判はサッカー部やバスケットボール部で生徒主体となるクラスマッチでした。クラスマッチの目標「みんなで楽しみ、学級・学年の親睦を深める」が達成できた大会となりました。企画運営した皆さんお疲れ様でした。

１年生バスケットボール

学校関係者評価委員会

本年度最後の長洲中を良くする会（学校評価関係者評価委員会）を３月１５日に開催しました。今回は、生徒、保護者、教職員のアンケート結果から、本校の重点取り組み事項がどうだったのか、客観的に評価したものを分析し、今後どのように取り組んでいくかを説明しました。最後に、項目ごとに評価していただき次年度の学校経営の参考にしたいと考えています。

また、長洲中学校の地域共通の目標を**「地域行事に参画し、大人も子どももあいさつができ、進んで課題を解決しようとする子どもの育成～子どもを真ん中に～」**とすることで合意しました。次年度からはコミュニティ・スクール推進委員会が立ち上がります。メンバーがまだ決定していない状況ですが、共通目標を目指し学校の課題や地域の課題を一緒に解決していく組織になればと願って、委員を選考したいと考えています。地域の皆様のご理解とご協力を是非お願いいたします。

長洲小・清里小授業参観！

３月１２日長洲小学校、１４日清里小学校の６年生の授業を本校職員数名で参観させていただきました。来年入学予定の生徒は５６名です。長洲小では卒業式の練習が行われていました。長洲中学校に憧れと希望を持って入学してくる子どもたちが、毎日楽しく学校に登校できるよう学校経営に専念しなければと決意を新たにしました。

清里小６年生の算数の授業

朝食の大切さ理解

時計遺伝子など学ぶ

長洲中

玉名郡長洲町教育委員会と同町長洲中学校主催の食育講演会が同校で開かれ、生徒らが朝食の大切さなどを学んだ。

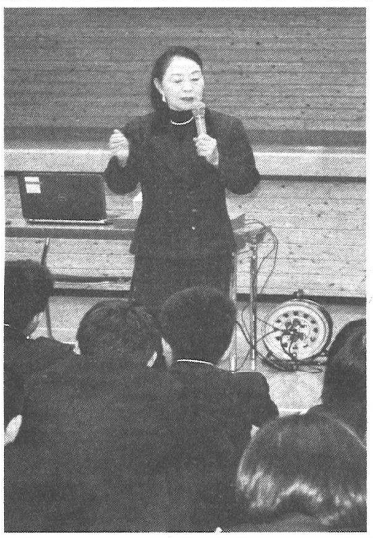
昭和女子大学名誉教授、熊本県立大学客員教授の渡辺満利子さんが「科学が明かす！〝健やかで楽しい学校〟その鍵とは？」を演題に講演。保護者、地域住民にも参加を呼び掛けて行われた。

渡辺さんは時計遺伝子に言及。脳内の主時計遺伝子が朝の太陽の光、さまざまな臓器にある末梢時計遺伝子は朝食でリセットされて体のリズムが整い、代謝の上昇で集中力もアップすると紹介した。

午前０時にはぐっすり眠って朝は同６時に起き、朝食を取るよう求めた。朝食は睡眠中に枯渇した脳神経細胞のエネルギー源になるなどの効果もあるとした。

食生活改善のため血中グルコース、インスリンの増加を招く、夜のまとめ食いをやめるようアドバイスも送った。

昭和女子大学付属中学校、高校の校長時代に、朝食を取り、夜のまとめ食いをしないよう促したことで、生徒の偏差値アップにもつなげたという渡辺さんの話に生徒らが熱心に耳を傾けていた。（高本　明）



朝食や睡眠の大切さを話す渡辺さん

H30.2.16　有明新報