

# Team 2023

四万十市立西土佐中学校 学校通信

2023年6月15日(木) No.9

文責：大塚

## ■カヌー館付近の道路の安全対策について

生徒総会で1年生から出ていた、「通学路に歩道をつけてほしい」という要望がありました。通学路危険箇所として市教委へ提出していましたが、下記のような取組をしてもらえることになり、西土佐支所産業建設課から連絡がありました。



<完成イメージ>

この場所はカヌー館から南方面で歩道がなく、道路の両側とも歩行スペースが狭く、通学時間帯は交通量も多くスピードを出している車もあって危険です。

歩道の新設は難しいので左の写真のように、歩行者のところにグリーンベルトという区画線を引くことになりました。また、車に対して注意喚起をする看板を設置するそうです。歩道にはなりませんでしたが、生徒総会で出した意見を受け入れてもらって、少し安全が前進しました。8月下旬から12月の間に行われます。

## ■シェイクアウト訓練（市内一斉Jアラート）

6月15日(木)午前10時から、市内一斉のJアラート訓練を行いました。3年生はちょうど第2回実力テストの日でしたので、1、2年生のみ放送に合わせて各自が机の下に入るシェイクアウト訓練を行いました。



## ■幡多地区総合体育大会 結果報告 [敬称略]

○バレーボール 3位(予選リーグ2位→準決勝 西土佐中 1-2 中村中) ※県総体出場

○卓球 男子団体 6位 女子団体 1位

※女子団体と女子個人(濱田美羽、柴莉央、毛利万桜、岡村芭瑠、橘海玖)が県総体出場

○野球 西土佐・中村西・県立中村中 0-1 宿毛中

## ■3点固定の話

「3点固定」とは、1日のスケジュールのうち、起床時刻、家庭学習開始時刻、就寝時刻の3つを毎日固定する(同じ時刻にする)という考え方です。全国各地の中学校や高校の中には、4月、新入生に対して「規則正しい生活を3点固定で実現しましょう。」と呼びかけているところもあるそうです。

なぜ、起床時刻、家庭学習開始時刻、就寝時刻の3つを固定するとよいのでしょうか。起床時刻と就寝時刻を固定するのは、健康的な生活の土台である睡眠時間を確保するためです。これは3つの時間の中で特に重要なものです。

そして、家庭学習開始時刻を固定することは、毎日家で勉強することを習慣化するためです。家庭学習開始時刻が決まっていないと、「もう少しテレビを見てから」「友だちとのラインをしてから」「ゲームをしてから」と勉強を後回しにしがちです。

朝起きる時刻、夜寝る時刻は、自分自身が「この時刻にしよう」と自分で決めて実行できるものです。勉強開始時刻も同じです。自分自身で決められる時刻を固定して生活を規則正しくすることは、自分自身をコントロールする力の育成につながります。それは、受験勉強はもちろんですが、将来おとなになって仕事に取り組むようになったときも欠かせない、とても大切な力です。

