



南中だより

令和5年7月12日発行

No. 10

沼田市立沼田南中学校

【学校教育目標(具体目標)】「英知」「礼節」「強健」
【重点目標】自己有用感を高める教育活動の推進・充実

◎健全育成講演会 7月7日(金)◎

「変化の激しい社会環境に適応する力を育てることや自分も含めて人を大切にする心を養うこと」を目的に、PTA健全育成委員会が主催する健全育成講演会が開かれました。講師は利根教育事務所スクールカウンセラースーパーバイザーの〇〇〇〇先生でした。〇〇先生には「思春期のフシギな変化を知ろう！～メカニズムとストレス対処法について～」というテーマでお話いただきました。先生からは、最初になぜ思春期はイライラしがちなのかを脳科学の観点からお話いただき、後半は、ストレス対処法として呼吸法や漸進性筋弛緩法を教えてくださいました。最後に〇〇PTA会長さんから謝辞が述べられました。参加された保護者の皆様、たいへんありがとうございました。生徒と保護者の感想を紹介します。



- ・今日は1時間目に健全育成講演会がありました。思春期におこるストレスやその対処の仕方について学ぶことができました。今回のことをこれからの生活の中でいかしていきたいです。(生徒)
- ・最近前はほどストレスを感じることは少なくなりましたが、やはり感じることもあるのでリラクゼーション法を実践してみたいです。(生徒)
- ・今日はストレスの発散方法を教えてもらいました。漸進性筋弛緩法をやってみたら、その部分が温くなるなどすごいと思いました。思春期の変化について知ることができて良かったです。(生徒)
- ・子どもの思春期と親の更年期が重なり、ぶつかり合うことが多くなるという話を聞き、なるほど！と納得しました。(保護者)
- ・やはり自分の身体について理解を深めることが自分を守る一番の近道だと思いました。思春期は誰もが経験することなのに、時が経つとなぜか忘れてしまい、頭ごなしに否定しなくなってしまふんだなと思いました。(保護者)

◎非行防止教室 7月10日(月)◎

沼田警察署生活安全課スクールサポーターに來校いただき、非行防止教室が実施されました。中高生のSNS被害や大麻等の薬物使用の実態を聞かさせていただくとともに、どうしたらそうした被害に遭わないかについて教えてくださいました。生徒の学びを紹介します。



- ・今日は5時間目の時に非行防止教室がありました。大麻や依存症について教えてくださいました。改めてそれらの恐ろしさを実感できたので良かったです。
- ・麻薬やいじめという犯罪の危険性について知ることができました。気をつけたいと思いました。
- ・SNSルールをしっかり守らないと危ないということが分かりました。気をつけたいです。