

創造・誇り・愛！ 輝く七中 ^{きら}煌めけ生徒！！



とちのき

〒190-0034 東京都立川市西砂町 6-28-3
TEL (042) 531-0511 FAX (042) 531-6103

立川市立立川第七中学校

校長 水越 伸朗

学校だより

第8号

令和6年12月25日



七中 HP URL

早寝早起き

校長 水越 伸朗

本日、2学期の終業式を迎えました。毎日の学習や委員会等の活動をはじめ、様々な学校行事を通して子どもたちは成長しました。日頃からご支援ご協力いただいている保護者の皆様や地域の皆様のおかげと感謝しております。さて、終業式では「早寝早起き」について話しましたので、ご紹介します。

終業式講話より

例年のない暑い日が多かった2学期も今日で終わりです。この2学期、1年生は農業体験、2年生は校外学習、3年生は修学旅行、そして10月には合唱コンクールと、様々な行事に取り組んできました。それぞれの取り組みにおいて、皆さんは活躍してきました。中でも、合唱コンクールがとても印象に残っています。学級での練習はもとより、ステージでの合唱、他のクラスや学年の合唱を聴く態度等、素晴らしいものがありました。そして、すべてを通して皆さんは成長しました。これからも、この姿勢を大切にしていってください。

さて、今日は早寝早起きについて話をします。戦国時代の武将の話ですが、北条早雲という武将がいました。早雲は、夜8時に就寝して、朝4時に起きるよう家臣に命じていたそうです。8時過ぎまで寝ているようでは、主君のために働くこともできないし、自分のこともできない、というのが理由だということです。また、熊本城主だった加藤清正という武将は、「朝4時に起きて、剣の稽古を行い、朝食を食べてからも弓、鉄砲や馬に乗る訓練に励め。」と言っていたそうです。

当時は電気などないわけですから、暗くなったら寝て、明るくなったら起きるのが基本だったのでしょう。しかし、この時代を生き抜くためには、早起きをして、時間を大切に使うことが必要だったのだと思います。今の時代は、電気の明かりがあり、テレビやパソコン、スマートフォンなど、夜遅くまで起きて楽しめる物もあります。ですが、時間を大切に使うことを考えて、早寝早起きを心掛け、十分な睡眠時間を確保することが必要だと思います。明日からの冬休みも、早寝早起きを心掛け、規則正しい生活を送ってください。

保護者の皆様

終業式講話の中で、「体罰や性暴力は許されないこと、教職員等の言動で困ったことがあれば相談すること」について話しました。また、児童・生徒向け相談シート、子ども向け相談窓口一覧（「一人で悩まず相談しよう」）を配布しました。お子様が「おかしいな」「モヤモヤするな」「イヤだな」と感じる事があれば学校に御相談いただくか、相談シートや各種相談窓口を御利用ください。

明日からの冬休み、子どもたちが心と体の健康を大切に、充実した生活を送ることを願っております。保護者の皆さまにおかれましても、良き新年を迎えられることを願っております。今年一年、本校の教育活動に御理解、御協力を賜りありがとうございました。