



# 車輪梅

<鹿島中学校 学校だより>

【平成30年12月号③】

スリッパ事故には十分ご注意ください！

《重点目標》『品格を高め、目標に向かってねばり強く取り組もう』

今年度も、年末の慌ただしい中ではございますが、保護者の皆さまに学校評価アンケートをお願いいたしました。毎年、多数のご協力をいただきまして感謝申し上げます。同様なアンケートを生徒たちや教職員にも実施し、その内容をできる限り次年度の学校生活に生かしていきたいと考えております。

なお、12月10日(月)、第2回学校評議委員会を実施し、学校評価についてのご意見を頂戴し、情報交換を行いました。

## 【県造形作品秀作審査会にて】

### <特選>

\*さすがに見事な作品ばかりです。配色や紙面の都合上、一部の作品のみとさせていただきます。

### ○絵や彫刻 (平面)



音舞 (加藤志歩)

※すばらしい、創造力で楽譜の音が軽やかに踊り出し、音楽の楽しさを表現しています。加藤さんの音楽への興味や愛情が溢れんばかりです。

### ○デザインや工芸 (平面)



蒼い薔薇の遊戯 (大沼未知)

※カラーでご覧いただけないのが残念ですが、配色と構図のアイデアがすばらしいです。

◎他に、近藤千夏さんや高屋葵さんの作品も県へ出品しました。

### ○絵や彫刻 (立体)



ローズハウス (森 玲那)

※今年から新たな作品に挑戦した立体彫刻です。この立体感をお見せできませんが、薔薇の花をふんだんに配置し華やかさを演出しています。

◎他に、高橋優菜さんや佐藤夕華さんの作品も県へ出品しております。

## 【受験に勝つための食事】

3年生を対象に、11月14日、給食センターの畠山先生を講師としてお迎えし、「受験に勝つための食事」と題して、体育館で食育の授業を行っていただきました。

栄養摂取のポイント、病気予防の食事、受験期の食事(集中力を増すために)、生活リズム、受験に向けて(夜食の取り方)、試験直前の食事、の6項目に分けて、図や写真などを用いながらわかりやすく教えていただきました。

授業の最後に、食育に関して、「本当にダイエットは必要かな？」という内容について、不必要なダイエットは健康に悪い影響を及ぼす可能性が考えられるので、バランスの良い食事を心がけるとともに、適度な運動をすることがよいことを教えていただきました。

受験の真ただ中にいる3年生にとって、まさに今すぐに役に立つ内容であり、食事を気を付けることで体調を整え、自分の力を発揮できる体調を維持・管理し、健康な状態を保って受験を乗り切ってほしいと思います。

保護者の皆さまにも、学習した内容についてぜひご理解、ご確認され、ご家庭での食事づくりにお役立ただけければ幸いです。

### ◆集中力を増すために

#### ◆カルシウム

小魚や野菜類からしっかりとることが大切です。

※乳製品はカルシウムが豊富ですが脂肪も多いので取りすぎには注意しましょう。

## 【市美術展でも入賞】



市美展 市教育長賞 (只野 鈴)

南相馬市総合美術展覧会において、中学校の部で、「市教育長賞」を受賞しました。  
※巧みな配色で、植物が浮き出てきそうです。

## 【今月のポイント】

自分は  
なくてはならない人となれ