

冬休みのしおり



令和7年度 宮本中学校 第1学年



「憧れられる先輩」に近づくための準備をしよう

皆さん、「1年生」として中学校で生活できる期間も、残り3ヶ月ほどとなりました。

4月になれば、所属は2年生になり、2年生として見られます。つまり、求められる基準も上がります。最初、皆さんが「中学生としての当たり前」が分からなかったとき、2年生の先輩を見て様々なことを感じて学んだように「憧れられる先輩」になるためには、中学生としての当たり前を「当たり前にできる」姿が求められます。勉強に関するだけでなく、物事への見方や考え方、習慣や言動などを見直し、一人の人間としてより成長していくことも大切です。

そして、そのような成長・変化は、何もせずして訪れるものではありません。1年生としての自分を、2年生としてアップデートする取組は4月になる前から始める必要があります。春休みになってから考え始めるのではなく、冬休みのうちに目指したい2年生としての自分を思い描き、冬休み明けからの3か月間で自分に不足している部分を補うこと、さらに伸ばしたい自分の良さを伸ばすことに取り組んでほしいと思います。

そのために2年生としてできてほしい基本のチェックリストを作りました。保護者の方と一緒に、冬休み中にチェックしてみましょう。

【1. 学校・家庭生活 編】

- 自分から挨拶ができている**
 - 挨拶されてから返すのではなく、自分から先に笑顔で挨拶ができる。
- 時間を意識し、自分で判断して行動できている**
 - 誰かを待たせたり、慌ててミスをしたりしないなど、他人の時間も尊重できる。
- 身の回りの整理整頓ができている**
 - カバンやロッカーの中、机の周りが整っており、必要なものがすぐに見つけられ、提出物を無くしたり期限に遅れたりすることがない。
- ネットやスマホと「程よい距離」を保てている**
 - 使う時間をコントロールでき、トラブルに注意して利用できている。

【2. 学習習慣 編】

- 「わからない」「できない」を放置していない**
 - 2年生の学習は1年生の学習内容に積み重ねるものだと理解し、今のうちから1年生の内容を復習したり、苦手を克服したりする習慣がついている。

- 学校や塾の宿題以外の「プラスアルファ」の学習をしている
 - 授業中に気になったことを調べたり、ワークや読書に取り組むなど、自分から学ぶ時間や習慣を作っている。
- 自分の考え方や思いを言葉にできる
 - 相手の意見を聞いた上で、「私はこう思う」と冷静に分かりやすく伝えられる。

【3. 頼りにされる思いやり・貢献 編】

- 清掃や部活の準備・片付けなど進んで引き受けている
 - 誰も見ていないところでも一生懸命になれる。
- 自分や仲間の「良いところ」を言葉で伝えられる
 - 悪口や不満ではなく、長所や頑張りを見つけて認める温かい言葉を持っている。
- 家族やクラス、部活動の一員として、それぞれの場で役割を担っている
 - 「やってもらって当たり前」を卒業し、「自分がやるのが当たり前」を増やそうとしている。

【4. 憧れのリーダーシップ 編】

- 「失敗した時」は素直に認められる
 - どのように改善するか考え、すぐに行動に移せる潔さがある。
- 「成功した時」も調子に乗らない
 - 成功を支えている人々の存在を認識し、感謝の念を持つことができる。
- 自分ができる「まとめ役」を意識している
 - 学級や部活動、行事などの取組で、仲間も楽しめるように気を配ったり、前に立つ仲間の指示を伝えたり、全体がまとまるために「自分ができること」を見つけて取り組んでいる。

気温が低い冬は、生活リズムの崩れが体調不良につながりやすい時期です。また日没が早い時間が続きますので、塾や習い事の行き帰りでの交通事故には十分気をつけ、自転車を利用する際は交通ルールを守り、被害者にも加害者にもならないようにしてください。

冬休み明け、また元気な笑顔に会えることを楽しみにしています。



1学年主任 永井 恵

有意義な冬休みを過ごすために

宮本中学校生徒指導部

1 生活全般について

- 具体的な生活目標を決めて生活をしましょう。
- 起床時刻と就寝時刻を決め、1日を有効に使いましょう。
- 健康管理に注意し、運動不足にならないようにしましょう。
- 勉強する時間や家族との時間を大切にしましょう。
- お年玉は浪費せずに、計画的に使いましょう。また、外出の際には大金を持っていくことは絶対にやめましょう。
- スマートフォンやインターネットの使用は、ルールとマナーを守り、トラブルにならないように注意しましょう。

2 外出等について

- 外出するときは、行き先、目的、方法、同行者、帰宅予定時刻、連絡方法を必ず家族に伝え、許可を得てから出かけましょう。
- 事件・事故に巻き込まれないよう駅周辺の繁華街やゲームセンター等には行かないようにしましょう。
- 夜間の外出は、必ず保護者または、責任の持てる大人と一緒に行きましょう。
- 午後6時以降でのゲームセンター等の出入りは、補導の対象となります。
- 法律に触れることはもちろん、危険な遊びは絶対にしてはいけません。
 - ・自転車の2人乗り、並列走行、無灯火、車道の逆走等（罰則が与えられます。）
 - ・飲酒、喫煙、花火や火遊び等
- 学区内において、痴漢・不審者・露出狂などが頻繁に出没しています。もしもの時のために、ひまわり110番や近くの家に逃げ込む等。被害にあった場合の対処法も確認をしておきましょう。

3 部活動について

- 意欲を持って参加しましょう。欠席する場合は顧問の先生に必ず連絡します。（無断欠席をしない）
- 不要物は持ってこないこと。（貴重品等含む）
- その他、部活動のきまりに従って活動しましょう。



※ 恐喝や痴漢・露出狂等の被害に遭ったときは、大声を出して、逃げてください。また、相手の特徴をよく覚えておいて、相手から逃げたら、すぐに警察へ通報しましょう。その他、何かあったら学校または担任に連絡してください。（休日及び閉学日は除く）

船橋警察署 047(435)0110 宮本交番 047(422)0490

東船橋交番 047(422)8529 浜町交番 047(433)4633

宮本中学校 047(422)8127

4 インターネットの利用について

スマートフォンやゲーム機等インターネットに接続できる機器が普及し、多くの生徒が、インターネットに繋がる時代になりました。それに伴い、生活習慣の乱れや、ネットいじめ等の問題、さらには犯罪の被害者や加害者になってしまふことも起きています。特に、長期休業はインターネットを利用する時間が長くなることからトラブルに巻き込まれる可能性が高くなります。

宮本中学校のみなさんはトラブルに巻き込まれないよう、「インターネットの特性」を理解した上で、「ルール・モラル・マナー」を意識し、使用するようにしましょう。

【インターネットの特性】

- ①記録性　：一度ネットに出したものは消せなくなる。
- ②流出性　：意図せず個人情報等が漏洩する。
- ③公開性　：意図的に情報が発信できる。
- ④非対面的：文字のみのコミュニケーションのため、感情や意図が伝わりにくい。
- ⑤即時性　：一瞬にして情報が不特定多数のあらゆる場所に届く。

【ルール・モラル・マナー】夏休み前に自らで確認し、チェックを入れてみましょう。

ルール（絶対にしてはけいないこと。トラブルに発展し、民事裁判になる可能性あり）

- 他者に対しての悪口を送る。（個人・グループともに）
- 他者の噂話を流す。
- 他者の写真を、当事者の許可なく送る。
- グループ等で出回っている写真（スクショ含）や情報を他者に転送する。

モラル（迷惑になる可能性あり。確認が必要）

- 楽しい思い出として写真をアップする際は、写真に写っている人に許可を取る。
- 送信する内容に誤解を招く内容がないか、一度確認をする。

マナー（思いやり）

- 8時～19時の間に必要な内容を送る。※緊急時を除く
どうしても必要な場合は、「朝早くから申し訳ありません。」や「夜分遅くに申し訳ありません。」と送る相手を気遣う。

学習について

皆さんは冬休みに何をする予定ですか？家でゲームしたり、年末に向け少しづつものの整理をしたりする人もいると思います。また、家でゆっくり過ごす時間も多くなると思います。せっかくの長期休みを家族や友人と過ごす時間も大切です。

しかし、同時にこの長期休みの時間を有効活用できると素晴らしいです。各教科から出されている宿題はもちろん、苦手な分野の復習など、勉強する時間も取れるとよいと思います。

例えば数学は、1・2年生で扱う関数の単元や2年生の証明などが、苦手になりやすい範囲です。他の教科を含め、テストの問題のとき直しをすると、よい復習になります。

冬休み中に学習することで、後期期末テストに向けてもよいスタートダッシュがきれると思います。

それでは、メリークリスマス、良いお年を！

学習委員長

1年生 冬休みの学習について

4月からスタートした中学校の学習はどうだったでしょうか。3回のテストを終えて、反省点もたくさんあったことと思います。学校の授業を聞いているだけでは、知識はなかなか身につかず、家庭学習の大切さを痛感している人も多いのではないでしょうか。家で学習する方法は、一通りではありません。一人ひとりにあった学習方法が必ずあるはずです。それは自分でいろいろな方法を試して初めて見つかっていくものです。長い時間、机に向かう習慣を身につけることも必要ですが、ちょっとしたスキマ時間を見つけて、学習に取り組む方法を身につけると今後に役立ちます。

冬休みは13日間しかありません。13日間を有効に使えるように、学習の計画をしっかりたてましょう。課題に取り組むのはもちろんですが、今までの学習の復習（特に苦手な教科や苦手な分野）を集中的に行うようにしましょう。

期末テストは2月12日（木）13日（金）に予定されています。

冬休みの学習が充実したものになるように一日一日を大切に過ごしてください。



冬休みの課題

教科	内容	提出日や提出場所等
国語	①単元別漢字p56~61 ②校内展用書き初め清書（未提出者のみ） ③書星会用書き初め清書（希望者のみ）	①休み明けに漢字テストを実施します。 ②休み明け初回の授業 ③詳細は、ロイロノート→学内共有→R7 冬休みの課題から確認してください。
数学	作図のプリント ・プリントの配布や説明は、授業のなかで行います。 ・解答は12月26日、クラスルームに投稿します。 ※方法だけでなく考え方を理解すること。	・冬休み明けの最初の授業で提出（必ず丸付けを行う） ・プリントの範囲で後日、作図のテストを実施
英語	・語順トレーニングP2~P24の36番まで（1月9日(金)に小テストあり） ・Unit7~Unit9までのワークとノート作りを各自で進めておく。（提出は定期テストの時）	丸付けをした語順トレーニングのみ、1月9日(金)の授業で提出
社会	①地理ワークp74~80 重要用語マスター ②歴史のワークは習った所まで進めておく	①休み明けに50問テストをします ②提出なし
理科	大地の恵みと災害についてのレポート1枚（冬休み前に提出が終わっていない人のみ）	冬休み明けの最初の授業で提出
	2学期用スクログの「長期休みの記録」「生活態度のセルフチェック」「学習態度のセルフチェック」部分を冬休み期間中の分、記入する。	1月6日（火）

1学年 冬休み明けの日課について

◆1月6日(火) B 日課4時間 給食なし

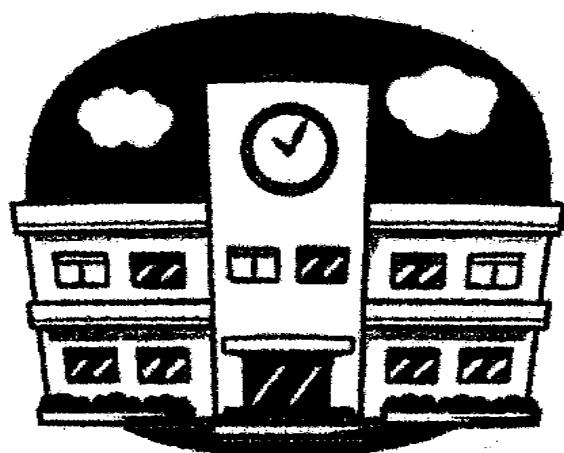
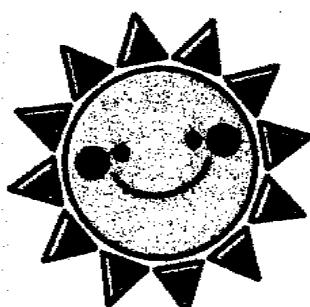
●日 課● ①集会 ②総合 ③月1 ④月2

●持ち物● 上履き、筆記用具、ジャージ、chromebook、
朝読書の本、冬休みの課題(2学期用スクログ含む)、
3学期用スクログ

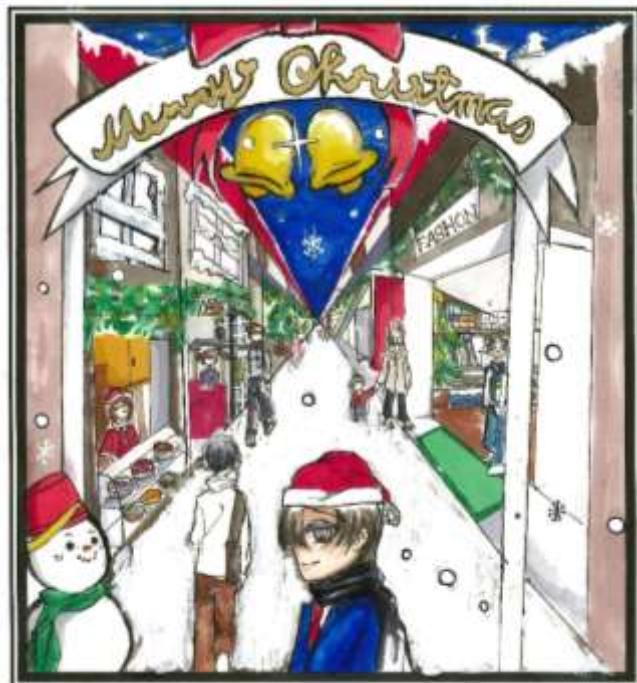
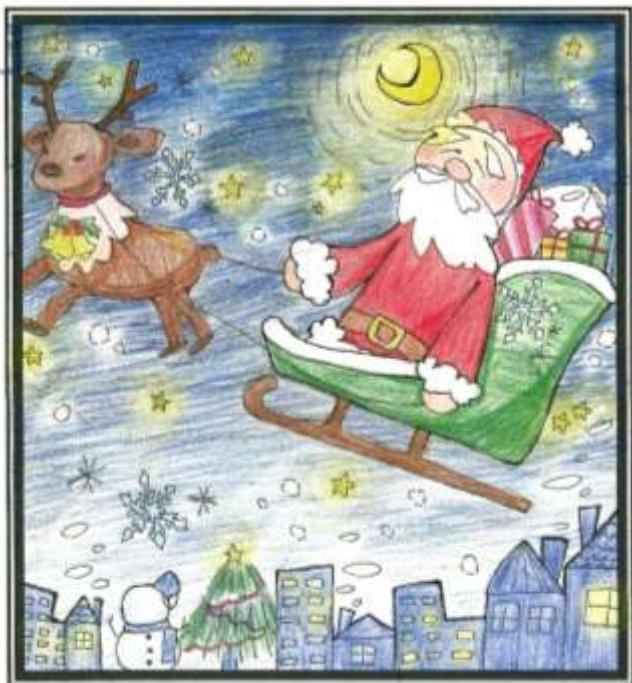
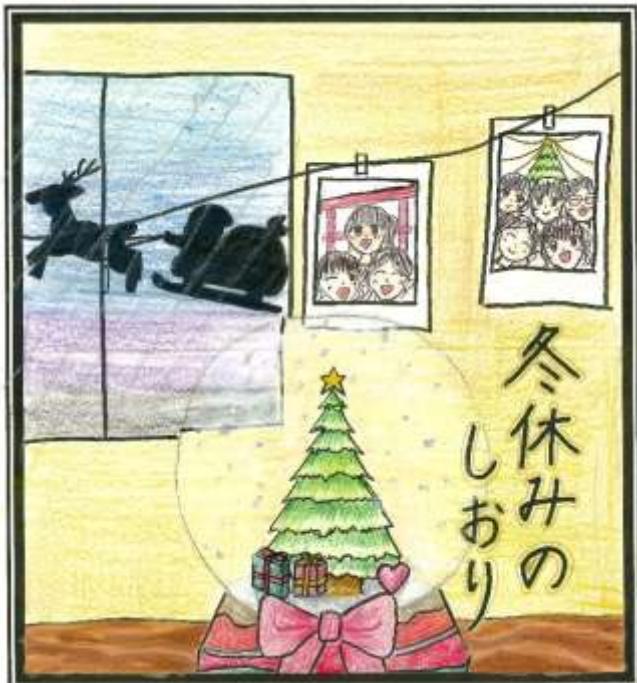
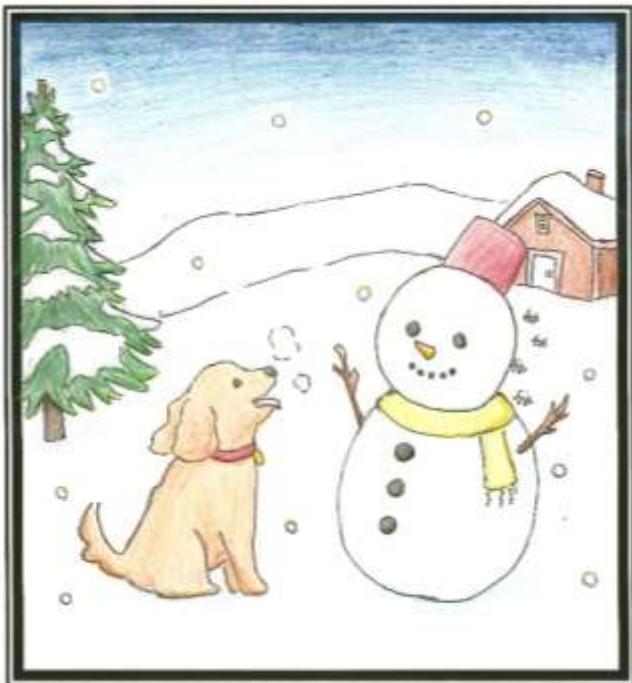
◆1月7日(水) C 日課4時間 水①~④ 給食なし 千教研

◆1月8日(木) A 日課6時間 火①~⑥ 給食あり

◆1月9日(金) B 日課6時間 金①~⑥ 給食あり



表紙応募コレクション(今回は美術部の皆さんに制作をお願いしました)



素敵な表紙をありがとう！

