

# 中央中学校 **ここがすごいぞ!** 自慢だぞ\*

コロナ禍の3年間、行事の縮小・観覧の制限、PTA活動の機会の減少と保護者が中央中学校を知る機会も少なかったと思います。中央中学校を知りつくしている生徒達にアンケートで答えてもらいました。さて、その内容は…

〈中央中学校の良いところをアピールしてください〉

全学年  
ダントツ

1位 **きれい** (トイレ)



いろいろある中で他のアピールを紹介します。

- ・先生が優しい、面白い (個人名も何人か書かれていました)
- ・制服がかっこいい
- ・仲が良い、元気、面白い・明るい人がいる

〈中央中学校いろいろな場所質問〉

♡好きな場所♡

- 1位 教室  
2位 体育館  
3位 図書館



少数でしたが

- ・廊下の椅子・テーブル
- ・中継路・エレベーター

🕒涼しくて快適な場所🕒

- 1位 図書館  
2位 パソコン室  
3位 保健室



少数でしたが

- ・トイレ・理科室
- ・武道場

💀1人でいけない場所💀

- 1位 ない  
2位 職員室

なんだか怖い。  
なんだか緊張する。  
圧を感じる。

少数でしたが

- ・部活終わりの教室
- ・他学年の教室・屋上 などなど



学校生活について文化教養部員の気になることを聞いてみました。

〈制服とジャージどちらが好き?〉

各学年

80%以上

ジャージ

制服がかっこいいという声もありますが、  
新型コロナや熱中症対策のジャージが  
人気でした。

〈好きな (やってみたい) 係活動〉

1位発表

- 1年 放送委員会  
2年 放送委員会・  
生活委員会  
3年 学級委員長・  
副委員長

〜給食については、たくさん質問しました〜

〈好きなメニューは?〉

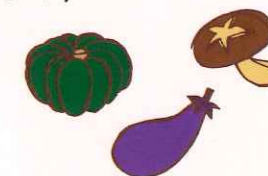
- 1位 揚げパン  
2位 カレー  
3位 ない



1人だけの好きなメニューは29品  
石狩鍋、海賊煮、ナムル…

〈嫌いなメニューは?〉

- 1位 野菜料理  
ない  
2位 スープ



1人だけの嫌いなメニューは24品  
カレー風料理、あんかけ…

〈給食メニューで家でも作って欲しいもの〉

- 1位 ない (給食で十分食べるから?  
家では家の料理がいいから?)  
2位 揚げパン (永遠の人気メニュー)  
3位 カレー (月曜日は楽しみね!)

1人だけのメニューは  
38品

- 開花煮  
春雨サラダ  
チーズと芋の料理  
にしんの煮つけ…

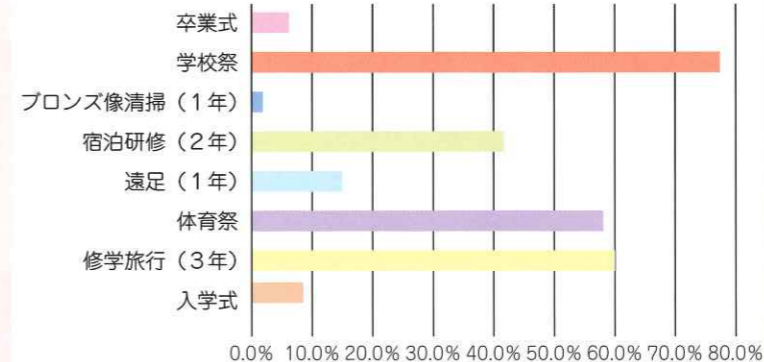
揚げパンの作り方

- ①コッペパンを軽く温める
- ②180℃の油で表面がカリッとする位 (10~20秒) 揚げる
- ③きなこ・砂糖・塩 (1:1:少々) を混ぜておき、揚げたパンにまぶす  
※塩少々入れることで  
甘ったるくなりすぎず食べられます。

〜給食揚げパンこぼれ話〜

先生が学校によって揚げパンに違いがあると広報誌作りの時に言っていました。同じ材料でも味のしみ方・きな粉等のまぶし方などで味わいが違って、奥深いですね。

好きな行事は  
何ですか?



〜次のページは1位学校祭の特集です〜

## まずは、大人が変わろう！

～令和5年度 第63回 旭川市PTA研究大会に参加して～



先日11月5日(日)に、旭川地場産業振興センターと旭川神楽公民館を会場に、『チャレンジ～目的が変われば 質が変わる～』を大会テーマに、約380名の方が参加し、盛大に開催されました。

最初の全体講演では、『信念は現実を決定する～指導者の成長が子どもたちの未来につながる～』と題し、元ラグビー高校日本代表監督で、一般財団法人プロスピーカー認定シニアプロスピーカー選抜理論心理士の松井英幸(まついひでゆき)氏によるご講演でした。お話では、指導者としてのご自身の苦い経験から、「親、先生、指導者が変わらなければ子ども、生徒、選手は変わらない。我々大人が主体変容しなければ、世の中は変わらない。」という志をもち、過去の実績と失敗経験からの選択理論心理学、成功哲学、目標達成技術などを用いて、どう家庭及び学校教育現場、スポーツ現場に生かしていくかというものでした。

私自身が小学校1年生から様々なスポーツを専門的にを行い、あるスポーツの高校指導者を目指し体育学部に進学し教職課程履修。卒業後



ある分野をより専門的に研究する為に進学したものの、挫折し退学。今は全く異業種の職に付いており、松井さんのお話は共感することが大変多く、反省し、気付かされ、今後の自分がどうすべきか深く考えさせられました。

特に強く感銘を受けたものは、指導者はペップトーク(短くて、分かりやすく、肯定的な言葉を使い、人の魂を揺さぶりその気にさせるトーク)が重要で、「選手が最高のプレーの為に体を鍛え、技を磨くように、リーダーは言葉の力を磨く」というものでした。子どもたちは、しっかり大人を観察し、その言葉を聞いています。その言葉に力を持たせるためにも、まずは親として子に恥じないよう変わらなければ!と、強く思いました。

その後、希望する部会にそれぞれ分かれ参加しました。この研究大会を通じて、子育ての悩みへのヒントや、自己啓発の機会を得た方も大勢いらっしゃったのではないのでしょうか。

お忙しい中、ご来賓の方々をはじめ、講演・セミナー・情報交換会の講師の方々、企画運営の方々、ご尽力いただいた全ての方々に、心より感謝申し上げます。

(文責:PTA本部役員 長登 仁泰)



## 9月3日 旭川市PTA連合会 母親(保護者)研修会に参加して

今年はコロナ感染症が5類に移行したこともあり、3年ぶりに全体会からのスタートでした。全体会では陽気な講師の先生によるフラダンスでたくさん笑い、身も心も温まりました。その後5つある魅力的な分科会の中から私は「アロマハンドマッサージ」を選んで参加しました。

まず初めに香りがもたらす脳への影響について、精油の皮膚への影響についてを講師の先生が用意してくれたオイルに触れながらお聞きした後、各オイルの効能や好みの香りを組み合わせるオリジナルクリームを作りました。

実践では前半で作ったオリジナルクリームで参加者隣同

士ペアになって血流促進や老廃物の排出を意識しながらお互いにハンドマッサージを行いました。

タッチングの効果として第三の脳と言われる皮膚に触れることで、脳の活性化やリラックス効果、睡眠の質の改善が期待できると教えていただきましたので、今も持ち帰ったオリジナルクリームで時々寝る前にセルフハンドマッサージをしています。なかなか自分の時間を持ってない私たち保護者ですが、時々香りに癒されながら一息つく時間も大切だと改めて感じる1日でした。

(文責:PTA本部役員 貝沼 絵美)