



# 矢中だより

第10号

令和8年6月5日

由利本荘市立矢島中学校

## 心身を鍛える～修錬の刻スタート～

本日1校時、今年度の「修錬の刻（しゅうれんのとき）」の1回目としてガイダンスを行いました。この取組は、旧校舎最後の年となる平成20年に「校舎移転や次年度から始まる中高連携に向けて、慌ただしくなる状況の中にあっても、学校全体が動じず、互いを尊重し、落ち着いた生活を送ること」を目的に始まったものです。



その思いを受け継ぎ、本年度で18年目を迎えますが、今年度も引き続き「修錬の刻」を大切にしていきたいと思います。今後も矢島中学校では、書道・茶道・剣道による「三道教育」を柱に据えながら、生徒一人一人の心身の成長を支援してまいります。

### 修錬の刻の意義

- ・ 落ち着いた気持ちでよいスタートをきる
- ・ 無言で素早い行動をとる
- ・ 心身を鍛え礼節を重んじる精神を培う

4月～9月 「第一歩 黙想の刻」 ～黙想を通して自己を見つめる～  
10月～11月 「第二歩 入魂の刻」 ～剣道を通して自己を鍛える～



今回は目的や流れ、作法の確認をしました



## 命を守るために～普通救命講習～

6月3日（水）、2年生を対象に由利本荘市消防本部の方を講師としてお招きし、普通救命講習を実施しました。倒れている方に遭遇した際、どのように行動すれば命を救えるのかについて学びました。声のかけ方や周囲への協力依頼、心臓マッサージ、AEDの使用方法など、一刻を争う場面において、一つ一つを落ち着いて的確に行動することが人命救助につながることを理解しました。



中学校のAEDは体育館へ向かう階段下にあります



## 「揺れの怖さ」を体験する～地震の揺れ体験～

6月3日（水）の午後には、1年生を対象に地震の揺れ体験を行いました。地震体験車に乗り、震度7の揺れを体験しましたが、想像を超える大きな揺れに、生徒たちは驚きの表情を見せていました。5月26日（火）には避難訓練を実施しており、どちらも「命を守る意識と行動」について考える貴重な機会となりました。



## ようこそ先輩～教育実習生 ただいま全力実習中！～

今週より、本校卒業生の\*\*\*\*さんが、6月12日（金）までの2週間、養護教諭の実習生として勤務しております。短い期間ではありますが、多くの生徒とふれあいながら、貴重な経験を積み、学びを深めてくれることを願っています。\*\*先生、どうぞよろしくお願いいたします。



**\*\*先生より**

養護実習生の\*\*\*\*です。養護教諭を目指して学んでおります。矢中生のみなさんと先生方と共に毎日多くのことを学ぶことができとても充実しております。学校現場で学べる貴重な機会を大切に、一生懸命頑張ります。よろしくお願いいたします。