

生徒支援だより 【志】

～『考動力』を高めよう～



学校スローガン 「学びの感動体験 ここ東中に有り」

No. 1 発行日：令和6年 5月22日（水） 発行者：中島 峻太

☆ 今日から君も、東中ガイドブックマスターだ ☆

年度当初の特活で、各クラスで担任の先生と一緒に東中ガイドブックの読み合わせを行いました。東中ガイドブックは、みんなの中学校生活において欠かせないアイテムの一つです。各自でもしっかり確認しておきましょう。

そしてなんと！！！！

今年度も、東中学校のホームページに

『東中ガイドブック』が掲載されています！！

ぜひ Web 版の東中ガイドブックも、チェックしてみましょう。

そしてみんなで「東中ガイドブックマスター」をめざしましょう！！

トップページ

東中学校のホームページをご訪問いただき、ありがとうございます。

- ・[東中学校ガイドブック 2024年度](#)
- ・[東中学校区小中一貫ランドデザイン](#)
- ・[東中学校スマートスクールランドデザイン](#)
- ・[学習のしおり](#)

東中学校ホームページの
トップページから、
『東中学校ガイドブック 2024年度』
のボタンをクリック♪

☆ 生徒証明書について ☆

4月30日（火）に、1年生に『生徒証明書』が配付されました。

生徒証明書は、東中学校の生徒であることを証明する大切なものです。

1年生は、東中学校を卒業するまで失くさないように、大事に管理しましょう。

2・3年生のみなさんは今一度、入学時に配付された生徒証明書があるか確認しておきましょう。万が一、紛失している場合は、担任の先生に相談しましょう。

☆ 東中ガイドブック⑦イズ〜♪ ☆

<第1問> 【難易度:★】

東中学校のめざす子ども像は「3つの『間』を大切にできる人」ですが・・・
この3つの『間』を、漢字2文字で3つ答えましょう。

<第2問> 【難易度:★★】

東中学校 校歌の3番の歌いだしの5文字（ひらがな）を答えましょう
3番⇒「○○○○○ 丘はうららに・・・」



<第3問> 【難易度:★★★★★】

みんなが持っている生徒証明書の右上には、7ケタの生徒番号が入っています。
この番号は、どんな数字を組み合わせたものでしょう？

☆ 東中生活アンケート結果より ☆

(1) 就寝時間について

1日のおよその就寝時間(寝る時刻)を教えてください。

	1年生 全体	2年生 全体	3年生 全体
夜10時までに寝ている	20%	6%	5%
夜10時～11時の間に寝ている	51%	32%	28%
夜11時～12時の間に寝ている	24%	45%	46%
夜12時以降に寝ている	5%	17%	21%



**中学生の理想の睡眠時間は7時間～8時間とされています。
十分な睡眠をしっかりと、規則正しい生活習慣を心掛けましょう。**

(2) 携帯・スマホ使用時間について

携帯・スマホについて、1日のおよその使用時間を教えてください。

	1年生 全体	2年生 全体	3年生 全体
使用していない/持っていない	9%	4%	4%
1時間未満	11%	9%	1%
1時間以上 2時間未満	25%	15%	19%
2時間以上 3時間未満	29%	26%	37%
3時間以上	26%	46%	39%



**スマートフォン症候群や依存症にならないためにも、
もう一度、自分の使用状況を見つめなおしましょう。**

