



HPのQRコードです

〒069-0832 江別市西野幌92番地の3 ☎ 011-384-3339 Fax 011-382-2486

## 『笑顔』で試練を乗り越えていこう！

校長 小玉 智士

笑顔でいるということは、身体や心に計り知れないほどの良い効果があるそうです。笑うことによって、脳内に幸せ気分を感じさせる「エンドルフィン」や、モチベーション維持に欠かせない「ドーパミン」、心を平安な状態にして心地よさや穏やかさを生み出してくれる「セロトニン」といったホルモンが分泌され、ストレスが解消し、プラス思考になると言われています。最近では、笑顔が免疫力を高め、病気の症状の改善に効果があることも、科学的に証明されてきています。また、自分自身の身体がリラックスすることで、集中力が上がり、どんなことであっても、良い結果が出やすくなるそうです。

皆さんは、最近、おなかが痛くなるほど笑った記憶や、自分が笑顔になったのは、いつだったか思い出せるでしょうか。

今、公立高校受験前の3年生は、焦りと不安が募っている時期だと思います。心の状態がそのまま顔に出てしまい、暗い表情になりがちです。不安な時や焦っている時に、無理をしてでも、まずは笑ってみる。口角を引き上げるだけで笑顔になり、効果があるそうです。辛いことがある時こそ、笑顔を意識的につくってみてください。心や身体を適度にリラックスさせ、物事を達成するうえで必要なパワーを生み出す笑顔で、皆さん一人一人が、試練を乗り越えていくことを強く願っています。

今年度も残すところ一ヶ月余りとなりました。春が待ち遠しく感じる今日この頃ですが、保護者・地域の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

試験会場



さて、学校では、2月に入って1・2年生を対象とした今年度最後の学年末テスト、そして3年生は、すでに公立高校の推薦入試や私立高校A日程、B日程等の試験を終えました。卒業前の大きな試練である入学試験が一つ一つ終わっていきます。そして、3月5日と6日は、公立高校の一般入試です。コンディションを整え、これまでの努力の成果を十分に発揮してほしいと思います。中学校卒業後は自分が決めた進路に進むこととなります。一つ一つの試練を大人になるための大切な経験として活かし、これからの人生を切り拓いてほしいと思います。

また、3月14日には、第76回卒業証書授与式が行われます。3年間の思い出を胸に、「感謝」の気持ちを持ち、自分たちの未来に向かって大きく羽ばたいてほしいと願っています。



厳粛な中にも温かい卒業証書授与式になることを期待しています。

### 吹奏楽部&3年生伊藤悠大さん『教育委員会賞』を受賞！おめでとうございます！

江別市では青少年の芸術・文化活動とスポーツ活動の一層の振興と奨励を目的として、各種コンクール、大会等において優秀な成績を収めた青少年に対し表彰を行っています。今年度は【文化部門】団体で野幌中学校吹奏楽部が、【スポーツ部門】個人で陸上競技部3年生の伊藤悠大さんが、それぞれ『教育委員会賞』を受賞しました。

先日の2月23日(金)、えぼあホールで大勢の保護者、関係者が見守る中、賞状とメダルの贈呈式が行われました。吹奏楽部は、旧部長である3年生の植村芽咲さんが代表して贈呈式に出席し、黒川教育長様から賞状とメダルを授与されました。

教育委員会賞受賞、おめでとうございます<m(\_)>m>。

【江別市立野幌中学校 吹奏楽部】

第68回北海道吹奏楽コンクール 中学生 B編成の部

《銀賞》

【3年生 伊藤悠大さん】

第69回全日本中学校通信陸上競技大会北海道大会 男子3年100m

《第3位》



『**新入生説明会**』を行いました！入学を楽しみにしています\(^o^)/

2月5日(月)に新入生説明会を行い、野幌中学校に入学予定の小学6年生と保護者の皆様にお越しいただきました。

小学6年生はそれぞれクラスに分かれ、中学校の授業を体験しました。体育館では、保護者の方に入學についての説明を行いました。

令和6年度の入学式は、4月6日(土)に行われます。新入生の皆さんの入学を首を「長〜く」して待っています(@^^)/〜〜



『**ボランティア清掃**』有志の皆さんありがとう！ピカピカになりました！

清掃を通してよりよい生活環境を作ろうとする意識を高めるため、2月8日(木)に『ボランティア清掃』を行いました。

玄関の窓ふきや各階の廊下の窓ふき、暖房パネルの掃除など、普段なかなかできていない部分の清掃を、みんな一生懸命行ってくれました。生徒会役員13名と1・2年生のボランティア希望者39名、合わせて**52名**の人が参加してくれました。おかげさまで、校内がピカピカになりました。清掃に参加してくれた人の心もピカピカです。ありがとうございました。いつまでも綺麗にしましょうね(\*^\_^\*)



『**第3回学校運営委員会**』委員の皆様、1年間お疲れ様でした！

2月14日(水)に第3回学校運営委員会を行いました。今年度の学校・生徒の様子について説明し、学校評価について熟議を行いました。次年度も、運営委員の皆様のご意見をいただき、地域に根ざした学校を目指していきたいと思ひます。委員の皆様、ありがとうございました。次年度も引き続き、よろしくお願ひいたします<m(\_\_)m>

『**1・2年生参観日・学年懇談**』大勢の保護者の皆様に感謝です！！

今年度最後の1・2年生の授業参観を、2月15日(木)に行いました。授業後は学年懇談を行いました。多くの保護者の方に懇談に参加していただきました。お忙しい中、本当にありがとうございました。



江別市立野幌中学校**第76回卒業証書授与式**のお知らせ

【日 時】令和6年3月14日(木) 午前9時30分 卒業生入場  
午前9時40分 開式

【式 場】江別市立野幌中学校体育館

【その他】5年ぶりに人数制限を行わない、コロナ禍前と同様な卒業式を開催することとなりました。卒業生の保護者の皆様や御来賓の皆様も多数ご列席いただけることになり、大変嬉しく思ひます。コロナウイルス感染防止対策で中学校生活に制限があった学年ですが、一生懸命努力し続け、野中での3年間の学校生活を乗り越えた卒業生を、盛大に送り出したいと思ひます。皆様のお越しをお待ちしております<m(\_\_)m>

弥生 3月 March

日	曜	行事予定	放課後
1	金		○
2	土	週休日	
3	日	週休日	
4	月	公立高校入試下見	○
5	火	公立高校入試(筆記)	○
6	水	公立高校入試(面接)	○
7	木	生徒会集会 3年同窓会入会式	○
8	金		○
9	土	週休日	
10	日	週休日	
11	月		○
12	火		○
13	水	公立高校進検査日 総練習	×
14	木	第76回卒業証書授与式	×
15	金	先生方の会議のため午前授業	×
16	土	週休日	
17	日	週休日	
18	月	公立高校合格発表日	○
19	火	全校委員会	○
20	水	春分の日	
21	木	職員会議	×
22	金	大掃除	○
23	土	週休日	
24	日	週休日	
25	月	令和5年度修了式・離任式	△
26	火	年度末休業(~3/31)	
27	水		
28	木		
29	金		
30	土	週休日	
31	日	週休日	