



“シャキッと新聞”

第104号

今月の“シャキッと”とする週間
5/23（月）～5/27（金）

2016. 5. 13
西中PTA執行部 発行
責任者 高橋 敦志



新学期が始まって一ヶ月が過ぎました。一学期は学校行事も多く、慌ただしく日々が過ぎていきますが、新しい環境の中でそれぞれの目標に向かって頑張っている子どもたちの姿に、いつも元気をもらいます。

改めまして、平成28年度PTA活動がスタートしました。一年間、会員の皆さまのご協力をよろしくお願ひいたします

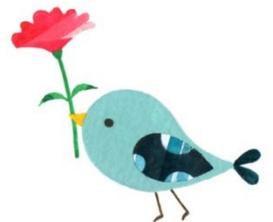
西中PTAでは平成16年1月より、毎月『“シャキッと”とする週間』を設け、保護者の皆さま、先生方、地域の皆さまと共に、西中学校の正門付近で朝のあいさつ運動を続けてまいりました。

『“シャキッと”とする週間』はまずは親たちがシャキッと、いつも以上に子どもたちに関心を持ち、子どもたちと接する週間です。

今年度の予定 AM8:10～8:30

“シャキッと”とする週間は
毎月第3月曜日～金曜日です！

月	日程	月	日程
5	23日～27日	11	21日～25日
6	20日～24日	12	12日～16日
7	11日～15日	1	16日～20日
9	12日～16日	2	13日～17日
10	17日～21日	3	2月27日～3月3日



『“シャキッと”とする週間』は保護者の方ならどなたでも参加できます。

子どもたちの登校時の様子を見てみませんか？一年に一回だけの参加だけでも、5分だけの参加でもOKです。皆さまのご協力、よろしくお願ひいたします。

来月の“シャキッと”とする週間は6/20（月）～6/24（金）です。

朝のあいさつ運動は8:10～8:30頃まで正門付近にて行います。新しいクラスにも慣れてきた子どもたちが、元気にあいさつをしてくれます！ぜひ皆さまご参加ください。

2年生は〈トライやる〉へ!! ～えんじ色の〈西中トライやる・ウィーク〉のぼりが目印です～

5月30日～6月3日まで、地域で活躍される事業所の皆様のご協力を得て、トライやる・ウィークが実施されます。西中2年生が職業体験させていただきます。

2年生はもちろんのこと、1・3年生の保護者の皆さんも街中で頑張る西中生を見かけられた際には、声掛けなどの温かい声援をぜひお願いします。

また、子どもたちを快く引き受けてくださる事業所の皆様、子どもたちの希望する職種を体験させてやりたいと熱意を持って事業所探しにご尽力いただいた先生方にも感謝いたします。ありがとうございます。

学力向上委員会

西中PTAでは、企画委員会のメンバー（執行部・各部正副部長・顧問・監事・校長先生・教頭先生・教務の先生）を中心に『学力向上委員会』を運営いたします。

今年度の活動につきましては、企画委員会にて話し合いを計画しておりますが、講演会や座談会など、PTA会員の皆様にもご協力いただければありがたいです。

詳細につきましては、その都度お手紙を発行させていただきますのでよろしくお願いいたします。

お願い

西中PTAは、会員の皆様よりPTA会費（年2000円）をいただいて活動しています。会費は、学校の徴収金とともに毎月11日に銀行引き落としにて徴収させていただきます。残高不足の場合には29日に再度引き落としをさせていただきます。二度の引き落としでも残高不足の際には、別途現金徴収させていただくことになり、事務手続きが発生します。

スムーズな事務処理が出来ますよう、会員の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

会長のひとりごと

～ O・N・I・G・I・R・I ～

桜満開で始まった新年度もあっという間の一か月が過ぎ、もう5月。大型連休も終わり新年度のリスタートといったところでしょうか。5月の平均気温は20度前後のはずなのに、今年の連休には27度といった夏の気温を感じさせる日も・・・夏がすぐそこまでやっています。

夏と言えば、西中の3年生にとっては最後の総体の季節です。まだ時間はあると思っていたのが、総体まであと一か月ほど。勝負の時が刻々と迫ってきています。今年の夏、西中学校の3年生のみんなには最高の結果を期待しています。頑張っている西中のみんなの姿を、私も一生懸命応援します！

総体に向けて日々の練習はとても大切です。あとは、総体当日のコンディションを万全にしておく必要があります。ということで、総体の当日に、最高のパフォーマンスを出すための豆知識を一つ、紹介したいと思います。総体当日は、暑く、1日のうちに複数試合をするといった競技もあるでしょう。疲労度も増す上にエネルギーも必要になります。そんな時に摂るのが望ましい栄養素が「炭水化物」です。試合中にお腹が空きすぎて集中力がなくなる、体が動き鈍くなる、そして持久力もなくなって・・・これらを防ぐためには、筋肉中のグリコーゲンの蓄えを増やしておくことが大切です。これにピッタリ当てはまる食べ物が「おにぎり」です。試合前日の夕食、そして試合当日の朝食はしっかりとお米などの炭水化物を食べて、試合の間には、愛情のこもった「おにぎり」を食べる。保護者のみなさん、子どもたちに愛情を込めた「おにぎり」で応援してみてもはどうですか？きっと、西中の子どもたちは期待に応えてくれるはずですよ！

さあ、西中の3年生！待ったなしの夏がやってくるぞ！みんなが応援しているぞ！！

頑張れ西中のみんな！！

(高橋敦志)