

令和7年度 第2学年

保護者会資料



柏市立土中学校

日 時 令和7年12月19日(金)

13:30～ 受付開始

13:45～ 保護者全体会

14:15～ 学級懇談会(修学旅行説明)

2学期を振り返って

校長 須藤 昌英

昨年の秋は観測史上一番気温の高い秋でした。今年はそこまでではありませんでしたが、特に9月と10月は顕著な高温傾向が続き、秋の訪れが遅れました。さすがに12月に入ると木枯らしが吹いて、校庭の木々も赤や黄に色づいて落葉し、これから本格的な冬の時期に入る気配がします。

保護者の皆様には、日頃から本校の教育活動にご理解をいただき、様々な面でご協力いただいておりますことに感謝申し上げます。生徒たちもこの2学期で一段と成長した姿を見せてくれております。

先日、上野恩賜公園へ1学年の校外学習（フィールドワーク）に行きました。事前に調べたことを実際にその現地に行き、観察・体験、さらには資料収集等を行いました。本やインターネットで見たり知ったりした知識は、実感が伴わないことが多いので、時間が経過すると忘れがちです。しかし自分の目や耳、その他の感覚をフル稼働して体験したことは、それと関連した知識と結びつくことにより、「生きて働く知識」と昇華します。

当日は天候にも恵まれ、生徒たちはグループごとに国立の施設（博物館、美術館）や上野動物園を見学し、昼食時には楽しそうにしていました。週明けから早速この経験が学校生活のあちこちにいかされているなと感じています。

一方で目を日本全体や世界に転じてみると、史上初の女性首相誕生という歴史的瞬間があったものの、首相の「台湾有事は、日本の存立危機事態になり得る」とした国会答弁が、中国との関係に大きな影響を及ぼしています。またアメリカのトランプ大統領が今年の1月から復帰し、極端な経済的な政策が増えたり、終わりの見えない紛争や戦争が継続したりしています。

テレビのニュースで毎日映し出される状況に、我々大人でさえ段々とその感覚が麻痺してしまい、すべて「他人事」のように感じている人が増えている気がしてとても怖いと思います。今後ますます加速度的な変化を遂げる社会で生きていく生徒たちには、様々な事件や情報の表面的な部分にとらわれず、その奥にある本質的な核心部分をつかむ力を身に付けさせてあげなければ・・と感じています。

最後に本日「学校評価アンケート」へのご協力依頼を sigfy で発出します。保護者の皆様には答えにくい質問もあるかと思いますが、アンケートの分析結果を今後の改善に十分に活かしていきますので、ご容赦ください。

年末年始になりますが、くれぐれもお子様の体調管理にご留意していただき、明るく希望をもって新年を迎えていただきたいと思います。

令和 7年 12月 19日

保護者各位

柏市立土中学校
生徒指導部

冬休みの生活について

保護者の皆様には、日頃より本校教育活動についてご理解、ご協力、ご助言をいただき感謝申し上げます。

早いもので間もなく冬季休業を迎えます。短い期間ではありますが、お子様がさまざまな場面で自己管理をし、健康で有意義な休業期間を家庭で過ごして、希望に満ちた新年を迎えられますよう、ご支援、ご助言をお願い申し上げます。

1. 冬季休業について

- ①心身の休養と健康の保持増進のために、規則正しい生活リズムを持たせる。
- ②短い期間ではありますが、それぞれの状況に応じた学習や、活動を進める。
- ③年末年始の役割、家族の一員としての役割を持たせるとともに、家族で話す機会をより多く持つ。

2. 生活について

- ①生活のリズムが崩れないように、規則正しい生活を心がける。
- ②健康保持のために、かぜやその他の感染症の予防に努める。
- ③金銭を手にすることが多い時期。浪費を避けさせ、物を大切にする習慣をつける。
- ④家族の一員として、家庭の中で役割を分担し、やり遂げさせる。
- ⑤よりよい成長のため、お子様との話をする機会を持つよう、お願いします。

3. 外出について

- ①行き先・用件・帰宅予定時刻・同行者等を告げていく習慣を、つけさせてください。
- ②塾等で日没後に外出せざるを得ない場合は、十分に注意させ、不審者等による被害防止に努めさせてください。
- ③千葉県には条例があり、午後11時以降の青少年だけの行動は補導対象となります。初詣などの際にも、ご注意ください。
- ④柏駅周辺の繁華街で、青少年が被害に遭うことが急増しています。不要な金銭を持って、無目的に行かないように、ご指導ください。
- ⑤お子様の外泊には十分ご注意ください。過去に、外泊時の問題行動も発生しています。

4. 健康管理について

- ①インフルエンザやかぜなどの感染症の流行する時期です。抵抗力をつけるために、「早寝、早起き、朝ご飯」を習慣化できるよう、お願いします。
- ②暖房器具による事故に注意させ、火傷や換気不足による中毒などの予防に努めてください。

5. 学習について

- ①学習の目標や計画については、一人ひとりに学校で指導いたしますが、計画通りに進められているか、声をかけ、励ましてください。
- ②苦手とする教科にも取り組むように学校では指導します。声かけや、励ましをお願いします。

6. 事故防止について

- ①交通事故多発の状況にあります。特に中学生は、自転車使用時に事故に遭うことが多くなっています。必ずヘルメットを着用させ、自転車の整備状況を確認し、夜間の点灯をさせてください。自転車は加害者となってしまう場合も考えられますので、二人乗りや右側通行禁止等の交通規則を、十分ご指導ください。
- ②特に以下の事柄には、ご注意ください。
 - ・工事現場に立ち入る、鉄塔に上がるなどの危険な行為がないよう、ご注意ください。
 - ・家庭にある、自動車やバイクの鍵の保管にご配慮ください。
 - ・年末年始は、飲酒や喫煙などの誘惑の多い時期です。安易に考えがちですが、触法行為です。
 - ・出先で、地震による津波、悪天候による落雷、竜巻に遭遇する場合に備え、避難対応を事前に確認するよう、ご指導ください。
- ③携帯電話やパソコンの使い方にもご注意ください。
 - ・特に、SNS 関係のトラブルや、最近ではアカウントの乗っ取り被害に遭うことがあります。
 - ・携帯電話、スマートフォンに起因するトラブルが多発しています。フィルタリングや使用制限を約束事で設けるなど、予防策にご配慮ください。
 - ・画像や個人を特定できる情報を、SNS に無断転用や掲載する事案が増えています。サイバーパトロールからの連絡も増える時期です。十分に気をつけさせてください。
- ④風邪等の薬の過剰摂取によるオーバードーズが問題になっています。薬等の取り扱いには十分注意してください。

7. その他

☆不審者などの被害を受けた場合は、110番通報をお願いします。また、その他の問題が発生した場合もすぐにご連絡ください。

土中学校 7172 - 4809

増尾駅前交番 7173 - 6231

保健関係について

土中保健室

2025年も残すところあとわずかとなりました。本年も土中学校の学校保健活動にご理解、ご協力いただき、ありがとうございました。

冬休み中、不規則な生活が続くと、免疫力が落ちて体調を崩す原因になります。まずは早起きから始めるなど、お子様へのお声がけをお願いいたします。

冬休みの生活



1, 休み中も、“早寝早起き・朝ごはん”と規則正しい生活を送りましょう。

冬休みはクリスマスや年末年始など、楽しいイベントがたくさんあります。だからといって、不規則な生活になってしまっただけでは体調を崩してしまいます。

このようにならないように注意！ 夜更かしをする、昼頃まで寝て朝ごはんを食べない、食べすぎるなど

2, 風邪やインフルエンザなどの感染症に気をつけましょう。

気温が下がり、空気が乾燥する冬になりました。風邪などの原因になるウイルスが活性化する季節です。秋頃もから、本校でもインフルエンザや感染症が流行していました。風邪などの原因になるウイルスは、皆さんの体に3つの方法で侵入してきます。

空気感染…窓を閉め切った部屋の空気中には、ウイルスがたくさん漂っています！その空気を吸い込むと体にウイルスが入ってきます。部屋の換気をしましょう。

接触感染…ドアノブなどたくさんの人が使う場所にウイルスはついていることが多いです。そこを触った手で口や鼻を触ると、体に入ってきます。

飛沫感染…感染した人が咳などをしたとき、唾と一緒にウイルスが飛び散ります。それを他の人が吸い込むと体に入ってきます。

ウイルスを寄せ付けないためには、換気と手洗い・アルコール手指消毒・うがいが必要です。人混みに出かける時は、マスクをするのも良いでしょう。こまめに感染症対策を行って、ウイルスを追い払いましょう！



3, 十分な睡眠時間を確保しましょう。

「睡眠は全てを解決する」という言葉があるように、睡眠は心身の健康にとってとても大切なものです。しかし、日本人は諸外国に比べて、睡眠時間が短いことが明らかになっています。

睡眠中は「ノンレム睡眠」と「レム睡眠」があり、この2つが交互に繰り返されています。

ノンレム睡眠は深い眠りで、ノンレム睡眠中に成長ホルモンが分泌されます。成長ホルモンは、成長を促すだけではなく、心身の疲れを取る、ストレスを軽減する、体の組織を修復する、老化の進行を抑制するなど、心身の健康にとってとても大切な働きがあります。

一方のレム睡眠中は、脳の海馬の記憶の定着、整理をする働きがあります。レム睡眠中に夢を見ることがありますが、実はそれも記憶の整理のためです。3年生はいよいよ受験シーズン。たくさん勉強をしても、十分な睡眠を取らないと、記憶は定着しません。日本人は夜更かしをしてスマホやゲームをしていることが多く、そのため睡眠時間が短くなっているとも言われています。睡眠をないがしろにせず、ぐっすり眠ることを冬休み中は心がけてみてくださいね。

おんかつ 温活のすすめ

「冷えは万病のもと」といわれるくらい、体が冷えると様々な不調を引き起こします。
冬を元気に過ごすためにも、体を温める「温活」を毎日の生活に取り入れてみましょう♪
冷えは万病のもと…どうして？

- ① 免疫力の低下
- ② 血流が悪くなるから

※血液には体中に熱や酸素、栄養素を運び、老廃物を回収する働きがあります。血流が滞ると、体内に老廃物がたまる、臓器がうまく働かなくなる、頭痛や下痢・便秘、生理痛など様々な不調が現れます。

温活4つのポイント

① 食事 熱エネルギーをチャージ！

体を温める熱エネルギーの元は食事です。食事量が少ないと十分な熱を生み出せないため、少食の人は要注意。食事では、熱を生み出しやすいタンパク質（卵・肉・魚・大豆など）を意識して取り入れましょう。朝ごはんも胃腸が働き始め体温が上がるため、必ず食べましょう。

② 運動 熱エネルギーを生み出す

熱エネルギーは筋肉によって生み出されます。運動不足だと筋肉量が少なくなり、十分な熱を生み出せません。また、筋肉がかたまり、血流も悪くなります。筋肉の約70%は足にあるため、軽いウォーキングでも良いので毎日体を動かすようにしましょう。

③ 入浴 温かい血液が全身をめぐる

熱いお湯にサッと入るだけでは体の内側まで十分に温まりません。
38～40℃程度のぬるめのお湯にゆっくり浸かると全身の血管が広がって血流が良くなり、芯から温まります。
リラックス効果もあり、体温調節を司る自律神経が整います。



④ 服装 冷気で体温を下げない

首・手首・足首には太い血管が集中しているため、マフラーや厚手の靴下などで防寒をしましょう。また、重ね着をすると服と服の間に温かい空気の層ができ、保温効果が高まります。締めつけるような服は血流が悪くなるため、ゆったりした服を重ねるのがオススメです。

2025年も学校保健活動にご理解・ご協力いただきありがとうございました。

2026年もどうぞよろしくお願いいたします。良いお年をお迎えください！

夏休み明けから12月までの学習の様子

国語	古典、漢文、活用のある自立語、短歌、小説、説明文を学習しました。古典では、歴史的仮名遣いを、漢文では書き下し文を読むことが出来ました。小説や説明文でも文章を深く読むことが出来ています。 3学期でさらに長い文章を、内容を理解しながら読み進めていく必要があります。また、文章の関連性についても少しずつできるようにしていきたいと思います。 漢字は1学期に続き、毎週テストをしました。あまり学習ができていない状態でテストを受けている時もあります。学習をし、その成果をテストで発揮できると良いと思います。冬休みにも練習し、備えをお願いします。
数学	1次関数、図形の性質の調べ方について学習しました。各単元とも基礎の計算や証明の解き方などは概ね理解できています。しかし、1次関数の利用や反例を考えるなどの思考を伴う問題は、まだまだ成長する余地があります。また、1次関数の利用時に、連立方程式を用いた解き方でつまづく生徒が多くいます。冬休み中に、もう一度、連立方程式を復習しておいてください。冬休み明けから、三角形・四角形の性質、確率、データの分析を学習します。とくに、確率やデータの分析は、社会とより関わりのある分野です。冬休み期間にこれまでの自分のテスト結果や学習内容、学習時間を分析し、学習の質を上げてみてください。3学期の成長に期待しています。
英語	一学期終わりから二学期の途中まで「不定詞」の学習に取り組みました。to+動詞の原形で、名詞的用法・副詞的用法・形容詞的用法とさまざまな活用法について学び、できるだけ多く自作の英文を作ってイメージを強化しました。また、海外の学校へ贈る年賀状作りにも取り組みました。来年の干支の午をイラストにして、英語で自己紹介、新年のあいさつを書いて作成しました。オーストラリア、アメリカ、アイルランドに送りました。英語の歌では Dancing Queen, Yesterday, Stand By Me, All I Want for Christmas is You などの名曲を楽しみました。
理科	2学期は、「動物の体のしくみとはたらき」と「気象の観測」について学習しました。「動物の体のつくりとはたらき」では、ヒトの体にある様々な仕組みについて学び、消化や反射の実験を通して、自分の体内で起こっていることを実感しながら理解を深めました。また、「気象の観測」では、気温や湿度、圧力について学びました。テストでは、計算問題や記述問題に課題が見られました。特に記述問題では、自分の考えを文にまとめる力が今後の学習につながる大切なポイントになります。冬休みには、2学期の内容をしっかりと復習し、苦手なところを少しずつ克服してほしいと思います。3学期は、自分の考えを進んで表現し、仲間と意見を交流しながら、より深い学びにつなげていくことを期待しています。

社会	地理では、日本の諸地域（九州・中国四国・近畿・中部・関東）について学習し、それぞれの特色をもとに課題の解決策を考えることができました。 歴史では近代（倒幕まで）の流れを扱い、グループ学習を通して時代のつながりを捉える力が身につけてきています。 冬休み明けからは、地理のまとめと明治時代の学習に入ります。冬休み中の復習がより深い理解につながるため、努力を継続してほしいと思います。
技術	後期(10月半ば)から家庭科にかわり、技術科の学習を行っています。2年生の技術の授業は、「エネルギー変換の技術」の学習を行っています。作品はテーブルタップとキューブラジオの製作を行います。テーブルタップについてはほぼ製作が終わりました。ほとんどの生徒が、集中して授業・作業に取り組んでいます。1月からも集中して作業に取り組み作品を完成させて欲しいです。
音楽	各学級で決めた合唱フェスティバルでの発表曲の学習と鑑賞曲への学習を中心に行いました。合唱は、これまでの音楽の基礎学習を活かした取り組みで、それぞれの学級が工夫しながら頑張る様子が見られ、いろいろと取り組みで苦労していたところもありましたが、前向きな合唱を披露できました。その後もフェスティバルの振り返りに基づき、合唱への取り組みにおいては、現在、卒業式や三年生を送る会での合唱曲に行っています。また、鑑賞では「交響曲第5番」に取り組み、音楽の時代背景などを中心に学習しています。これからが楽しみです。
美術	後期の美術の授業は、「わたしのだるま」を制作しています。自分の願いを「だるま」で表現します。だるまの形を使って、粘土で何かを付け加えたり(形)、色で自分の願いを表現していきます。週に1時間しかない教科なので、有効に時間を使えるように計画的に進めないと時間内に完成しません。さて、一人ひとり、どんな「だるま」が完成するかとても楽しみです。粘り強く、完成できるように頑張ってください。
保健 体育	「器械運動」「走り幅跳び」「バスケットボール」「ソフトボール」「柔道」を行いました。多くの競技を行いました。どの競技にも意欲的に取り組み、その競技の楽しさを味わうことができました。また、学級ごとに行った競技では、どの学級も協力し、仲間と声を掛け合いながら取り組む姿が印象的でした。冬休み中に入りますが、体力を落とさないように規則正しい生活を心がけ、適度に体を動かしましょう。

第 2 学年用 冬休みの課題について

教科	内容	提出日
国語	・漢字ノート p 66～71 (休み明けテストがあります。) ・書き初め 『初春の喜び』 (希望者のみ) ・千葉県書き初め展覧会へ出品希望者は 200 円と 2 枚目の作品を持ってくること。 8 日には実力テストがあるので、その勉強をしておきましょう。	漢字ノート 1/7(水) 千葉県書初め展覧会 1/8(木)放課後まで
数学	冬休み明けに一次関数の単元テストをおこないますので、その勉強をしてください。	提出物はなし
英語	○ミライシード 21～32 ○英語で映画・ドラマを視聴して、レポート一枚	1/7(水) 記録用紙
理科	○ミライシードで 2 年生の範囲を復習 酸化と還元／結びつく化学変化／化学変化と熱／化学変化と質量の保存／質量変化の規則性／生物と細胞／葉・茎・根のつくりと働き／圧力／雲や霧の発生／【確認テスト】化学変化と物質の質量／【確認テスト】気象観測，圧力	1/7(水) ＊冬休み明けに圧力と湿度の小テストを行います。
社会	○ミライシード 関東地方・欧米の革命と近代化・欧米の進出と幕府の滅亡	1/6
音楽	なし	
美術	なし。	
保体	規則正しい生活を送りましょう！ 十分な睡眠、栄養バランスの良い食事、適度な運動！	
技術	単 4 乾電池をまだ準備していない人は冬休み中に準備し、持ってくる。	
保健室	歯磨きカレンダー (希望者は保健室にて配布します)	1/7(水)担任へ

2025 2026

令和7年度 冬季休業中部活動予定

月	日	曜日	陸上	男バス	女バス	野球	バレー	男テニ	女テニ	卓球	バドミントン	駅伝	吹奏楽
12	24	水	×	○		×	◇	×	○	○	△	●	△
12	25	木	×	◇	○	×	△	○	○	◎	◎	●	△
12	26	金	×	◇		×	×	○	×	×	○	●	×
12	27	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
12	28	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
12	29	月	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
12	30	火	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
12	31	水	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
1	1	水	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
1	2	金	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
1	3	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
1	4	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
1	5	月	×		△	×	△	○	×	×	○	●	×
1	6	火	×		×	×	×	○	×	○	○	●	△

早朝練…●,午前練…○,中練…△,午後練…◇,一日練習…◎,休み…×

予定のため、変更することがあります。また、細かな練習予定は各部活動の予定をご覧ください。

大会前以外の土日祝はクラブでの活動です。クラブの予定表を見てください。