



*学校便り作成にあたり、生徒の文章や写真を使用する場合があります。長田中学校個人情報取扱規程を遵守しておりますが、お気付きの点がありましたら学校までご連絡ください。

Let's make a drama ! ~今年度の「演劇発表会」各学級の脚本です~

3年	1組	夕輝~ぼくの生きていた証~
	2組	Leaving School
	3組	沈黙の陽炎
	4組	天国まで一アタタ、愛のために死ぬますか
	5組	夏休み
	6組	マイ・ライフ
2年	1組	教科書ブルース
	2組	それぞれの夢・それぞれの味
	3組	女傑症候群
	4組	ラストチャンスは二度やってくる
	5組	アリババと盗賊たち
1年	1組	友情のカンニングペーパー
	2組	バーチャルブレイン
	3組	PE!PE!PE!PENGUINS!!
	4組	名探偵は二人ぼっち
	5組	屋根裏チュー学校
	6組	グッドバイ・マイ
	7組	才能屋

今年度もこの2学期に本校最大の行事である「演劇発表会」を行います。生徒のみなさんもお存じの通り、本校開校以来続く行事で、今年度で76回を数えます。左の表は今年度の「演劇発表会」各学級の脚本です。

30日(水)テスト終了後、総合的な学習の時間に、各学級で脚本を製本・配付し、「脚本研究」を行いました。



【グループごとにSS林先生への質問を考えます】

今回の「脚本研究」では、演出・舞台監督ミーティングに向けて、スクールサポーター林先生への質問を考えました。回数が限られる演劇専門の先生の指導は大変貴重で、舞台の出来を大きく左右しますよ。また、「脚本のテーマ・伝えたいこと」や「演劇活動での自分の目標・意気込み」もしっかり考え、演劇ノートに記入してください。本格的に「演劇発表会」の取組が始まりました！

まだまだ暑い日が続きます！

~熱中症対策には、こまめな水分補給、十分な睡眠と食事が必要不可欠~

熱中症は、汗によって体内の水分や塩分が失われることで起こります。症状は、めまいや頭痛、吐き気、全身倦怠感などです。汗からは水分だけでなく、塩分も排出されます。「まだいける！」と思って運動を続けていても、本人が自覚している以上に夏場は水分と塩分が失われています。こまめな水分と塩分の補給がリスク回避の秘訣です。

気温・湿度が高い日はそれだけで体力が奪われていきます。疲労した身体も熱中症につながりやすいです。そこでしっかり確保したいのが睡眠時間です。「寝る子は育つ」と言われているように、睡眠中には成長ホルモンが多く分泌されています。成長ホルモンは体内の新陳代謝を促進し、身体の疲労回復に欠かせないものです。よく休み、よく眠ることで翌日の運動に集中できる状態が維持できます。

最後に、夏こそ食事をしっかりとってください。熱中症を防ぐ為に水分補給はもちろん大切ですが、強い身体をつくるためには、栄養バランスの摂れた食事をしっかりと摂ることが必要不可欠です。夏の暑さに負けない強い身体を作るために欠かせない栄養素は、①良質なタンパク質、②ビタミンC、③ビタミンB1とされています。保護者の皆様のご理解、ご協力をお願いします。