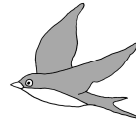


# 巡回だより



令和 6年 7月 12日  
中野区立中野東中学校  
特別支援教室 イーストルーム

## ○「短・強・広・警」

気象庁 HP によると東京の梅雨入りは6月21日頃で、去年と比べて13日遅かったそうです。そして、今年の梅雨は「短・強・広・警」と言われる特徴があるようです。これは「短い」期間で、「強い」雨が降り、「広い」範囲で、「警戒」が必要になる状況が頻繁に訪れるという意味です（スーパーJチャンネル「newsのハテナ」2024年6月21日放送）。天気も変わりやすい季節であるので、外出の際には天気予報を確認して雨の予報が出ていたら傘を持つなど、先の見通しをもって準備しましょう。



ちょうど今頃の梅雨の晴れ間や、梅雨明けの蒸し暑くなった時期に熱中症は多く見られます。なぜなら、この時期は身体がまだ暑さに慣れていないため発汗量は十分でなく、体温をうまく調節できないからです。授業で生活の振り返りをする中で、夜更かしをしていたり、朝起きる時間が遅くなったりと、生活リズムが乱れている人が多く見られます。生活リズムを崩して、熱中症にならないように体調管理には十分気を付けて、充実した夏休みを送ってください。

## ○宿題は作戦が大事

今年の夏休みは7月20日（土）～9月1日（日）までと40日以上あります。中学生の宿題はとても量が多いため、なによりもコツコツやる継続性が大切になります。そして、苦手教科を先にするのか、得意教科を先にするのかなど作戦も大事になります。オススメは量があるものを先にごしておくことです。夏休みの最初の方はまだ、気持ちに余裕があります。7月中は量の多いものを少しずつ進めていき、疲れてきたらリフレッシュ代わりに得意なものを取り組み、少しでも終わらせていくことをオススメします。

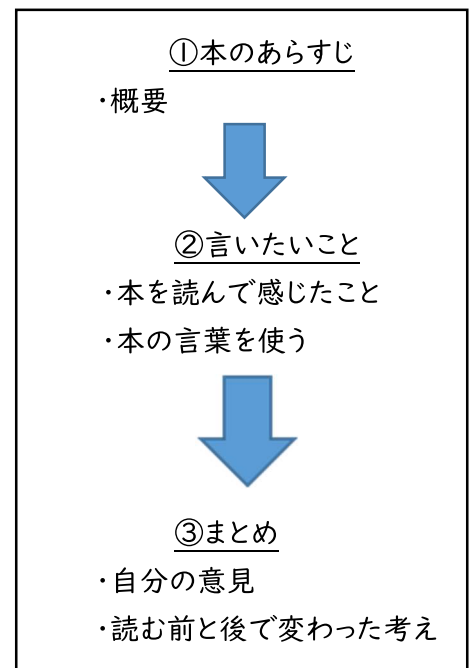
## ○作文について

ある調査によると夏休みの宿題の嫌いなランキングの1位が『作文関連』でした。作文は字数も多いため「何から書いていいのかわからない！」なんて思うかもしれません。作文の書き方のコツはまず文章の構成を決めることです。例えば、読書感想文なら

- ①本のあらすじ（概要、どういう話をまとめる）
- ②言いたいこと（本を読んで感じたこと）
- ③まとめ（自分の意見、読む前と後で考えが変わったか）

と3つの構成で分けて書くことをおすすめします。しかし、これは一例です。もちろん違う書き方もあります。

もし、どうしても出来ない、分からない宿題があれば、後で紹介するサマースクールで相談してください。8月の終わりになってしまいますが、巡回教員と一緒に考えて解決できるようにサポートします。



## ○サマースクールについて

サマースクールとは、夏休み終盤の8月27日(火)と28日(水)に各学校の特別支援教室で行われる、夏季限定の活動です。夏休み明けの授業に向けて、生活リズムを整えたり、不安を解消したりすることがねらいです。内容としてはコミュニケーション活動を行ったり、宿題の提出等について支援をしたりします。そして、前向きな気持ちで夏休み明けの学校に登校できるように準備します。サマースクールでは、個別指導や小集団指導を行います。去年は個々で宿題の確認の後、小集団活動としてボードゲームやカードゲームなどをして、リフレッシュできました。是非ご参加をご検討いただけると幸いです。

最後に下方に夏休みにおける学習面・生活面の目標を書く表を設けました。是非ご家庭でご利用下さい。

- 1 日時 下記参照  
※各学校で異なるのでご確認ください。
- 2 場所 各学校 特別支援教室等
- 3 内容 夏休みの情報交換、宿題のアドバイス、カードゲーム等
- 4 持ち物 筆記用具、水筒、一緒に取り組む課題・宿題、上履き
- 5 連絡 当日欠席される場合は各学校にご連絡よろしくお願いします。



巡回校	特別支援教室名称	8月27日(火)	8月28日(水)
第二中学校	スタディルーム	13:30~15:30	9:30~11:30
第五中学校	サポートルーム	9:30~11:30	13:30~15:30
南中野中学校	サザンウインド	13:30~15:30	9:30~11:30
中野東中学校	イーストルーム	9:30~11:30	13:30~15:30

## <夏休みの目標>

	前半の目標 (7/20~8/11)	後半の目標 (8/12~9/1)
学習面		
生活面		