



加古川市立山手中学校 学校だより

令和8年2月4日（不定期発行）

自主創造
親和協調
感恩奉仕

やまてのつどい(1.17集会)

1月16日（金）は、「避難訓練」と「山手のつどい」を行いました。避難訓練ではけが人の想定も含め真剣に、そして山手のつどいでは、生徒会のみなさんがクイズ形式や寸劇を織り交ぜ、工夫を凝らしてわかりやすく学ばせてくれました。



阪神淡路大震災から31年が経ちました。阪神淡路大震災は、兵庫県民としても絶対に忘れてはいけない過去の教訓であり、近いうちに來るであろう南海トラフを含め、今後の災害への備えとして、私たちは学び続けなければなりません。**残り10%の冷静な人としてちゃんと「命」が守れるように。**

（上：分灯式、下：避難訓練）

→災害時、75%は思考停止に、15%はパニック状態に陥る検証より

よく噛んでしっかり食べよう「+5分」月間

と称し、昼食時間を従来よりも5分延長して、2月は食べることに意識を向ける月間と決めました。「噛む」効果はというと…

1. 栄養吸収の効率化
2. 脳の活性化とストレス緩和
3. 歯と口の健康を守る
4. 肥満防止 など

よく噛んで2月
しっかり食べよう
「+5分」月間!



「よく噛んで食べる」という習慣に合った最強の健康法です！
【効果】
1. 栄養吸収の効率化
2. 脳の活性化とストレス緩和
3. 歯と口の健康を守る
4. 肥満防止

学校給食は「栄養補給」と「生きた教材」という二つの重要な役割を担っています。ぜひ、上の効果が実感できるように意識して食べましょう(^o^)/

小中学生書写展・美術展

1月のあいだに、加古川総合文化センターにて書写展と美術展が開催され、本校からも優秀作品が多数出品されました。延べ7,400人以上の来場者だったとのことで、市民の関心の高さがわかります。他校も含め、どれも大変素晴らしい作品ばかりで感動しました。（写真は本校作品）



令和8年度保護者会の役員投票があります。2月10日（火）に投票用紙が配布される予定ですので、ご協力をよろしくお願いいたします。