

かしこく  
やさしく  
たくましく

直方第三中学校 学校だより  
文責 校長 坂田幸則

令和5年7月20日 第5号

## いよいよ夏休みが始まります。

### ◇体調管理に気を付けよう。

4月着任当初から毎朝、交通整理を行っています。思いのほか朝の交通量が多く、気が抜けません。しかし、そんな中、生徒の皆さんが元気に挨拶を返してくれる時、笑顔を見せてくれる時に自然と疲れが吹き飛びます。

いよいよ、明日から35日間（7月21日～8月24日）の長い夏休みが始まります。皆さん、毎日の生活スケジュールはできていますか。

夏休みだからといって、朝寝坊や夜更かしは禁物です。体調管理のためにも、毎日規則正しい生活を心がけ、計画的に学習に励みましょう。ただ、だらだらと好きな事だけをする35日間にはしてほしくないですね。

さて、三中生諸君。あなたはどんな人間で、どんなことが得意でどんなことを苦手としていますか。この夏休みを機会に、しっかりと自分自身と向き合い、自分のことを分析してみてください。

ある人が言いました。「悩みがあるということは成長している証拠」、「失敗しない人の特徴は、何も挑戦しない、できることしかやらない、言われたことしかやらない」 中学校3年間こそ大いに悩み、様々なことに挑戦して、失敗を経験しながら成長してほしいと思います。

### ◇暑い夏…。熱中症に注意。

連日、暑い日が続いています。本校では、暑さ指数計（WBGT 計）をグラウンドと体育館に設置して、部活動や体育の授業を実施してよいかどうかを判断する指針としています。

WBGT とは、暑さ指数のことで、単位は、℃ですが、その値は気温とは異なり、人体に影響を与える①湿度 ②日射、輻射 ③気温の3つを取り入れた指数のことで、指針は右の通り（環境省情報サイトより抜粋）。

【警戒】 25～28 【嚴重警戒】 28～31 【危険】 31以上

※31を超えた場合は、休息をとり、基本的に運動は中止としています。

### ◇令和5年度 中体連総合体育大会結果報告

#### 男子卓球部

（団体戦）直鞍大会 優勝 筑豊大会 第3位（県大会出場！）

（個人戦） 3年 生徒 直鞍大会 優勝 筑豊大会 1回戦敗退

#### 女子卓球部

（団体戦）直鞍大会 優勝 筑豊大会 第3位（県大会出場！）

（個人戦） 3年 生徒 直鞍大会 準優勝 筑豊大会 1回戦敗退

3年 生徒 直鞍大会 第3位 筑豊大会 2回戦敗退

女子バスケットボール部 3位決定戦 対直方二中 40-39 ベスト4で敗退

男子バスケットボール部 準決勝 対直方二中 84-45 ベスト4で敗退

#### 男子ソフトテニス部

（団体戦）直鞍大会 4位敗退 （個人戦）直鞍大会 ペア 2位（筑豊大会出場）

筑豊大会 ペア 3位（県大会出場！）

#### 女子ソフトテニス部

（団体戦）直鞍大会 4位敗退 （個人戦）予選敗退

#### 女子バレーボール部

直鞍大会 入れ替え戦敗退

#### 水泳部

直鞍大会 男女あわせて13種目で入賞（筑豊大会出場）

主な結果（3位以内）

男子400mリレー 3位 女子100m自由形 1年 生徒 2位

女子200m個人トドレ 1年 生徒 2位

女子200m・400m自由形 1年 生徒 2位

女子400mリレー 3位 女子400mトドレリレー 3位

男子団体 3位 女子団体 3位

筑豊大会 主な結果

女子200m個人トドレ 1年 生徒 2位

※ 陸上競技部、県大会結果、吹奏楽部については次号（8月25日）に掲載します。