



# 拓心中だより

令和6年 7月25日  
猿払村立拓心中学校  
学校だより 第5号  
発行責任者 校長 大谷智昭



## 変える。「自分で」・「自分が」

校長 大谷 智昭

4月に新学期が始まって、4ヶ月が経ちました。みなさんは一人ひとりにどのような成長をすることができたでしょうか。個の成長については自分自身で感じることはもちろん、まわりの人からの評価も聞いて、確認して欲しいと思っています。

私自身は、この4月に拓中に来たばかりですが、4月当初のみなさんの様子から、今の様子を見て話を聞く姿勢がとてもよくなったと感じています。これは、みなさんの意識が少しずつ変わり、行動に表れた結果だと感じています。

ところで、私たちがものごとを変えていくには、とても大きなエネルギーが入ります。だから人は、「とくに問題がない」、「めんどくさい」「疲れる」などの理由をつけて、現状を維持しようとしてしまうことがあります。私自身も、ちょっと油断するとそのような考えになります。でも、本当に現状維持で良いのでしょうか。私たち人間は、今より少しでも「良くなりたい」と考える生き物です。

人類がここまで繁栄してきたのは、このような意識をもって工夫をしてきたからです。そして今も、私たちの心の中には「良くなりたい」という気持ちが受け継がれています。だからこそ、少しでもいいから何かを「良く」しようと変えることが大切になります。

そこで何かを「変える」時に私が大切にしていることをお話します。1つは「自分で」という意識の問題です。そして、もう1つは「自分が」という行動の問題です。あくまでも「変える」と意識し、行動するのは自分自身です。この意識と行動がなければ、成果を実感することはできません。

さて、明日から1ヶ月の長い夏休みになります。拓中生、一人ひとりが「自分で」・「自分が」という姿勢で生活し、何かを変えて生活することで大きな自信をつけて、2学期始業式に臨む姿を楽しみにしています。

## 花植活動について

7月9日に文化部の皆さんで校門前のスペースに花植をしてくれました。ありがとうございました。



# バレー、バド、野球の中体連、お疲れさまでした

## <バレーボール部>

1日目、予選1回戦 潮見が丘中 2-0 勝利

2日目、決勝トーナメント1回戦 利尻中 惜敗

## <バドミントン部>

団体1回戦 鴛泊中 2-1 勝利、2回戦 稚内中 1-2 惜敗

ダブルス 末永・船木ペア 1回戦 稚内中 惜敗

鈴木・世永ペア ベスト8 (3回戦 稚内中 惜敗)

シングル 第3位 田村耶綾

ベスト16 羽鳥杏実、三上心柊

ベスト8 宍戸双葉

1回戦惜敗 丹治岳琉、東美羽、下村和乃愛

## <野球部>

1回戦 稚内・宗谷・船舶・香深の合同チームと対戦 惜敗

## 【全道大会出場】

バドミントン部 田村耶綾 8月に滝川市で開催される全道大会に参加



各部の生徒の皆さん、保護者の皆様、顧問の先生方、外部コーチの皆様、本当に大変お疲れ様でした。今までの努力が次に繋がっていくことを学校全体で応援しています。

# 相談窓口のお知らせ

## 主な相談窓口（北海道）① 中学生・中学部生・高校生・高等部生用（令和6年4月）

名称	所管等	電話番号	受付	概要
子ども相談支援センター (24時間子供SOSダイヤル)  (メール相談)	北海道教育委員会 (文部科学省)	0120-3882-56 (0120-0-78310)	毎日24時間対応	いじめ、不登校、友人関係、親子関係、性的マイノリティ、性暴力の被害、家庭の事情で自分の時間がとれない、ヤングケアラーに関する事など、様々な悩みを相談できます。
ほっかいどう子どもライン相談	北海道教育委員会		令和6年5月20日 令和7年3月24日 までの月曜のみ 17:00～22:00	いじめ、不登校、性暴力の被害など、様々な悩みを相談できます。 対象：中学生、高校生 左記以外の相談期間 5/1～5/13毎日17:00～22:00 8/7～9/18毎日17:00～22:00 1/8～1/31毎日17:00～22:00
児童相談所虐待対応ダイヤル「189」	北海道保健福祉部 (厚生労働省)	189 (いちばやく)	毎日24時間対応	虐待の疑いがあるなど、虐待に関する悩みを児童相談所に通告・相談できます。
親子のための相談LINE	北海道保健福祉部 (厚生労働省)		平日9:00～17:00	いじめ、不登校、ヤングケアラー、虐待など様々な家族・家庭の相談ができます。
北海道いのちの電話	社会福祉法人 北海道いのちの電話	011-231-4343	毎日24時間対応	様々な悩みを相談できます。
子どもの人権110番	法務省	0120-007-110	平日8:30～17:15	いじめ・体罰等について、法務局職員・人権擁護委員に相談できます。
チャイルドラインほっかいどう	認定NPO法人 チャイルドライン支援センター	0120-99-7777	毎日16:00～21:00 (12/29～1/3除く)	18歳までの子どもが電話・チャットで様々な悩みについて相談できます。

## 主な相談窓口（北海道）② 中学生・中学部生・高校生・高等部生用

名称	所管等	電話番号	受付	概要
少年サポートセンター 「少年相談110番」	北海道警察	0120-677-110	平日8:45～17:30	いじめ・犯罪等の被害に悩む子どもやその家族が警察に相談できます。
こころの電話相談	北海道立精神保健福祉センター	0570-064-556	平日9:00～21:00 土日祝10:00～16:00	様々な悩みを相談できます。
北海道こころの健康SNS相談	北海道保健福祉部		平日、土曜日 18:00～22:00 日曜日 18:00～翌朝6:00	日常生活や学校生活に関する悩みを相談できます。
性暴力被害者支援センター 北海道 (SACRACH さくらこ)	北海道、札幌市	050-3786-0799 または #8891  sacrach20191101@leaf.ocn.ne.jp	平日10:00～20:00 (土日祝祭日、12/29～1/3除く)	子どもや大人が性暴力の被害について相談できます。
北海道ヤングケアラー相談サポートセンター	北海道保健福祉部	0120-516-086 (電話) hokkaido.young.carer2022@gmail.com 080-9612-1247 (SMS専用) facebook.com/hokkaido.young.support (Facebook) @youngcarer2022 (X 旧:Twitter)	開設時間 平日 8:45～17:30	ヤングケアラーに関する相談ができます。

今年度の夏季休業日は、8月26日(月)～8月25日(日)までの31日間あります。休み中、不安や悩みなどあれば、学校へ連絡いただきたいですが、上記のような相談窓口もあります。6月に一度配布しましたが、夏季休業を迎えるにあたり、改めて配布致します。お知りおきいただき、積極的に活用ください。

学校への連絡など、下記に閉庁日のお知らせも書かせていただきました。閉庁期間中は、教育委員会へお電話いただけますようお願い致します。

# 学校閉庁日のお知らせ

本校において夏季休業期間における学校閉庁日を8月9日(金)～8月16日(金)に設定しています。学校閉庁日には職員が不在となるため、学校への連絡等はこの期間外にお問い合わせください。また、緊急連絡が必要な場合には次の連絡先までお願いします。

## 【緊急連絡先】

猿払村教育委員会 2-3011 (休日夜間は警備会社へ転送されます。)

# 健康管理についてのお知らせ

夏季休業期間、生活リズムの維持や水分補給など健康管理を大切にしてください。特に生活リズムは一度ずれてしまうと、戻すのに体調を崩しやすいです。また、暑い季節にもなります。こまめに水分補給して熱中症や脱水症にならないようご注意ください。

## < 8月予定 >

行事予定は学校HPの「スクールカレンダー」で確認できます。 学校新しいHPのQR⇒  
<https://takushin-jhs.edumap.jp/>



1	木		16	金	学校閉庁日
2	金		17	土	
3	土		18	日	
4	日		19	月	
5	月		20	火	
6	火		21	水	
7	水		22	木	
8	木		23	金	学納金(漁組)
9	金	学校閉庁日	24	土	
10	土		25	日	夏季休業最終日
11	日	山の日	26	月	2学期始業式 学納金(郵便局)
12	月	振替休業	27	火	学納金(信金、農協)
13	火	学校閉庁日	28	水	
14	水	学校閉庁日	29	木	体育祭総練習
15	木	学校閉庁日	30	金	職員会議
			31	土	

## < 9月予定 >

行事予定は学校HPの「スクールカレンダー」で確認できます。 学校新しいHPのQR⇒  
<https://takushin-jhs.edumap.jp/>



1	日	体育祭	16	月	敬老の日
2	月	振替休業	17	火	耳鼻科検診
3	火	常任委員会	18	水	
4	水		19	木	職員会議
5	木		20	金	
6	金		21	土	
7	土		22	日	秋分の日
8	日		23	月	振替休業
9	月		24	火	第2回定期テスト
10	火	村研一斉サークル	25	水	学納金(漁組)
11	水	3年学力テスト(総合A) 2年職場体験	26	木	臨時職員会議 学校運営協議会 学納金(郵便局)
12	木	2年職場体験	27	金	管内教育研究大会 学納金(信金、農協)
13	金		28	土	
14	土		29	日	
15	日		30	月	