

令和7年度(2025年度)

「自律、協働、創造し未来を築く」豊中生

# 夏休みのしおり

## <しおりの内容>

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 1 夏休みの予定・登校する日の連絡 ..... | 1  |
| 2 夏休みの生徒心得 .....        | 4  |
| 3 夏休みの図書館利用について .....   | 6  |
| 4 夏休みの課題一覧              |    |
| (1)学年ごとの課題 .....        | 7  |
| (2)国語科 .....            | 8  |
| (3)美術科 .....            | 10 |
| 5 保健室だより .....          | 11 |
| 6 県内、全国の相談先紹介 .....     | 13 |



\*8月22日(金)は、登校日です。  
\*8月25日(月)は、1学期後半開始日  
です！制服登校です。

豊見城市立豊見城中学校

豊見城市宜保1丁目1番2号

TEL 098-850-0036

FAX 098-851-7374

学校ホームページ <http://jutm.city.tomigusuku.okinawa.jp>

年 組 番 氏名

# 夏休みの予定

|    | 月 | 日  | 曜 | 予定             |                                                                                                               | 月 | 日  | 曜 | 予定             |
|----|---|----|---|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----|---|----------------|
|    | 7 | 18 | 金 | I 学期前半終了【制服登校】 | 12                                                                                                            | 8 | 10 | 日 |                |
| 34 | 7 | 19 | 土 |                | 11                                                                                                            | 8 | 11 | 月 | 山の日(公休日)       |
| 33 | 7 | 20 | 日 |                | 10                                                                                                            | 8 | 12 | 火 |                |
| 32 | 7 | 21 | 月 | 海の日(公休日)       | 9                                                                                                             | 8 | 13 | 水 |                |
| 31 | 7 | 22 | 火 |                | 8                                                                                                             | 8 | 14 | 木 | 3年チャレンジ模試      |
| 30 | 7 | 23 | 水 |                | 7                                                                                                             | 8 | 15 | 金 | 3年チャレンジ模試      |
| 29 | 7 | 24 | 木 |                | 6                                                                                                             | 8 | 16 | 土 |                |
| 28 | 7 | 25 | 金 |                | 5                                                                                                             | 8 | 17 | 日 |                |
| 27 | 7 | 26 | 土 |                | 4                                                                                                             | 8 | 18 | 月 |                |
| 26 | 7 | 27 | 日 |                | 3                                                                                                             | 8 | 19 | 火 |                |
| 25 | 7 | 28 | 月 |                | 2                                                                                                             | 8 | 20 | 水 |                |
| 24 | 7 | 29 | 火 |                | 1                                                                                                             | 8 | 21 | 木 |                |
| 34 | 7 | 30 | 水 |                |                                                                                                               | 8 | 22 | 金 | 登校日(火I23)      |
| 22 | 7 | 31 | 木 |                |                                                                                                               | 8 | 23 | 土 |                |
| 21 | 8 | 1  | 金 |                |                                                                                                               | 8 | 24 | 日 |                |
| 20 | 8 | 2  | 土 |                |                                                                                                               | 8 | 25 | 月 | I 学期後半開始【制服登校】 |
| 19 | 8 | 3  | 日 |                | <p>8/25 から時間割Bがスタート！</p>  |   |    |   |                |
| 18 | 8 | 4  | 月 | 学校閉庁期間         |                                                                                                               |   |    |   |                |
| 17 | 8 | 5  | 火 | 学校閉庁期間         |                                                                                                               |   |    |   |                |
| 16 | 8 | 6  | 水 | 学校閉庁期間         |                                                                                                               |   |    |   |                |
| 15 | 8 | 7  | 木 | 学校閉庁期間         |                                                                                                               |   |    |   |                |
| 14 | 8 | 8  | 金 | 学校閉庁期間         |                                                                                                               |   |    |   |                |
| 13 | 8 | 9  | 土 |                |                                                                                                               |   |    |   |                |



一か月あまりの夏休みの計画は立てましたか？

第一に体調を整えながら、学習の振り返りや夏休みにしかできない活動に取り組んでみましょう。図書館開館日を利用して夏の読書も楽しんでくださいね。

## 3年 チャレンジ模試 8/14(木)・15(金)

8月14日(木) 国語テスト・理科テスト・英語テスト

8月15日(金) 社会テスト・数学テスト・自己採点

\*日程 8:45 集合／9:00 開始／12:00 終了

\*場所 3年教室

\*服装 制服 または 部活動着 または 体育着

\*申し込みしめきり 7月18日(金)



## 登校日 8/22(金) の日程と持ち物について

日課 通常日課

時間割 火1・火2・火3 下校：11:45 予定

\*給食はありません

\*授業をします

もちもの ○教科書など授業でつかうもの

○タブレット(2・3年生)

○夏休みの宿題(指示がある教科)

その他 ○B 時間割が配布されます 8/25 からスタートします



# 1 学期後半開始日 8/25 (月) の日程と持ち物等について

8月25日(月)から1学期後半がスタートします。

以下の日程及び持ち物、登校の際の注意点等を確認して、元気に登校しましょう。制服登校です。時間割は、登校日に配布される『B時間割』がスタートします。

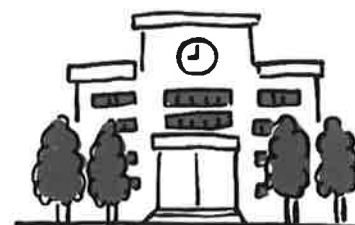
|             |              |                                         |
|-------------|--------------|-----------------------------------------|
| 登校する前に      | 朝の準備         | 健康チェックをしてください。<br>欠席するときは、学校に連絡してください。  |
| 7:45～       | 登校           | 校舎は 7:45 から開けます。登校後は教室へ。                |
| 8:20～8:30   | 朝の会          | 出席確認・健康観察・連絡                            |
| 8:40～9:30   | 1 校時         | 【学活】〔前半〕1 学期後半開始集会（オンライン）<br>〔後半〕学年集会 他 |
| 9:40～10:30  | 2 校時         | 【授業】月2      ・各教科の課題の提出      ・教科の学習      |
| 10:40～11:30 | 3 校時         | 【授業】月3      ・各教科の課題の提出      ・教科の学習      |
| 11:40～12:30 | 4 校時         | 【授業】月4      ・各教科の課題の提出      ・教科の学習      |
| 12:30～13:40 | 【給食】【清掃】【休憩】 |                                         |
| 13:40～15:30 | 5 校時         | 【授業】月5      ・各教科の課題の提出      ・教科の学習      |
|             | 6 校時         | 【授業】月6      ・各教科の課題の提出      ・教科の学習      |
| 15:40～15:50 | 帰りの会         |                                         |

<持ってくるもの> 下の項目を ✓ して準備しましょう

- ☐制服登校      ☐MIHARUKASU(キャリアノート)      ☐筆記用具      ☐各教科の課題  
☐月2・3・4・5・6の授業の学習用具      ☐水筒      ☐ChromeBook(2・3年)

<登校の際の注意点>

- ①朝は 7:45 以降に登校してください。校舎は 7:45 に開けます。  
 ②体調不良の場合は、無理をせず、登校を控えてください。  
 欠席する際は、必ず学校へ連絡してください。



# 夏休みの生徒心得 ～自律、協働、創造し未来を築く生徒をめざして～

今年の夏休みは、(7/19～8/21)の 34 日間です。各教科の課題をはじめ、普段できないボランティア活動やスポーツ活動等を通して、自分を伸ばすことができる絶好の機会です。夏の暑さに負けないよう体調管理に努め、以下のことを心に留めながら、有意義に過ごしましょう。

## 1 安全で規則正しい生活を送るための心得

### (1) 規則正しい生活

- ① 「早寝・早起き・三食を摂る」規則正しい生活を心がけよう。
- ② 家庭での手伝い・役割を決めて、自ら進んで活動しよう。
- ③ テレビやゲーム、携帯電話・スマホ等は、時間を決めて利用しよう。
- ④ 適度な運動を心がけ、熱中症に注意し、こまめに水分補給をしよう。
- ⑤ 健康診断の結果、専門医の診断や治療が必要な生徒は、夏休み期間中に診断・治療を受けよう。



### (2) 計画的な学習と読書の充実

- ① 計画を立てて学習し、宿題は早めに取り組もう(締め切り日に提出できるようにしよう)。
- ② これまでの学習を振り返り、不得意教科を克服しよう。
- ③ 学校や地域の図書館を利用し、目標読書冊数を決めて、読書をしよう(利用マナーには気をつけよう)。

### (3) 安心・安全を最優先にした行動

- ① いつでも、どこでも「**自律 協働 創造する 豊中生**」のスローガンのもと、常に正しい判断(善悪の判断・これをやったらどうなるのか等)が出来るよう行動しよう。
- ② 外出するときは、家族に行き先や同伴者、用件などを伝えてから外出し、日没前までには帰宅しよう。  
外出時は、不審者対策のため、大通りや人通りの多い道路、照明の明るい道路を利用しよう。
- ③ 交通ルールを守ろう。

(ア)横断歩道を渡る、信号無視をしない、歩道や道路を広がって歩かない、道路に飛び出さないこと。万一、事故が起きた場合、ケガや後遺症等の問題もあるため、どんな時でもすぐに警察や保護者に連絡しよう。また、ケガ人がいたら、救急車を呼ぼう。

(イ)自転車の乗り方(自動車と同じで、注意義務がある。自転車の二人乗りや無灯火の禁止、スピード注意など)  
→ 法律では、信号無視、歩道での歩行者妨害、スマホしながら運転は危険行為とされ、3年間で2回注意されたら安全講習を受けなければならない。また事故が起きた場合は損害賠償責任の可能性もある。

- ④ 自然災害時(大雨・台風・雷・地震・津波)は、すぐに安全な場所に避難しよう。
- ⑤ 海水浴は、保護者や責任のある大人と行き、ハブクラゲなどの危険生物に注意しよう。  
遊泳禁止場所(漁港等)に入らない・飛び込み禁止→ 去年・一昨年と県内で中学生の水難事故が発生しています。



大雨による河川の急な増水による水難事故にも注意しよう(上流での大雨の後、時間をおいて下流で増水)。

- ⑥ 保護者の許可を得たとしても、友達の家泊まることはトラブル等の原因となる場合もあるのでひかえよう。
- ⑦ 次の行為に気をつけよう(遊び方に注意しよう)。

(ア)地域住民や周りの人々に迷惑をかけない (イ)ゴミをポイ捨てしない (ウ)日没以降の外出をしない  
(エ)コンビニ、アパートや団地、公園、学校等でのタム口行為はしない。また他人の敷地内に無断で立ち入らない(警察に通報される可能性もある)。

(オ)公共の場での遊び方 → 公園ではボールで遊ばない、ゴミは持ち帰る、大声を出さないなど。他の利用者や近隣住民のことも考えて行動しよう。

大型商業施設では他のお客様や店舗に不快な思いや営業の邪魔になるなど迷惑をかけないようにしよう → 大声で叫ぶ・はしゃぐ、走りまわる、長時間たむろする、22 時を過ぎてたむろするなど

- (カ)18 歳未満は保護者が同伴でも深夜(午後 10 時～午前 4 時まで)ゲームセンター、カラオケボックス、ボウリング場、映画館などの興行場に立ち入ることはできない(沖縄県青少年保護育成条例)。
- (キ)花火は時間や場所、近隣住民のことを考え、大人と行おう(火を使用するため)。特にロケット花火等は騒音注意。
- (ク)お金(電子マネー含む)の貸し借り・賭けごとなどは、トラブルの原因になるので絶対にしないようにしよう。
- (ケ)草むらなどでは、ハブにかまれないように注意しよう。
- ⑧ いじめは、いかなる理由でもしてはいけない。人権侵害、犯罪である。相手の気持ちを考えよう。
- ⑨ ネット利用のルール・マナーを守ろう。あわない・かきこまない・いはんしない・フィルタリング
- (ア) 出会い系サイトを利用しない。ネットで知り合った見知らぬ人と会わない。
- (イ) YouTube や LINE などの SNS に許可のない映像や写真、人の名前・住所など個人情報に関するものは、安易に投稿しないようにしよう 法的な責任問題が生じる可能性がある。
- (ウ) 他人や友人の誹謗中傷や脅すような書き込みをやめよう→人権侵害である。
- (エ) SNSやゲームの課金等について、詐欺や恐喝などのトラブルに巻き込まれないよう気をつけよう。
- (オ) 「高額報酬」「ホワイト案件」等の甘い言葉に誘惑されて「闇バイト」等の犯罪に加担しないように気をつけよう。
- ⑩ 今年も不審者の情報が増加している。不審者に十分気をつけよう。スマホ・携帯を見ながら、音楽を聞きながらの歩行はやめよう！(この時が狙われている)。何かあれば、大声を出す、すぐに逃げる、110 番で警察に通報する。
- 自分の安全は、自分で守る 特に日没後や人通りの少ない場所には注意する
- ⑪ 友人関係・ネット等のいじめ・トラブル・事件・事故に巻き込まれそうになったら、問題が大きくなる前に、一人で悩まず、必ず大人に相談しよう。下記の 2 相談機関 に相談することもできます。
- ⑫ 不審な電話に気をつけよう。「何かおかしい」と感じたら、大人に相談しよう。
- ⑬ 時や場所、目的にふさわしい身なりを心がけよう。
- ⑭ 深夜徘徊、たばこ、酒、薬物、万引き(窃盗罪)などは法律違反である。万一、誘惑などの声をかけられたら、保護者や先生、警察に必ず相談しよう。
- ⑮ 夏休み中の登下校も、買い食い・自転車通学は禁止とする。



事件や事故は「いつでも・どこでも・だれにでも」起こる可能性があり、「自分は大丈夫」、「これぐらいだったら」という考えが大きな事件や事故につながります。

また、常に地域の人々が皆さんを見守っています。一部の生徒の行動だけで「豊見城中は～～」、「〇〇部は～～」と良くも悪くも言われます。「誰かが見ている」ことを常に意識して行動しましょう。

## 2 各相談機関（気軽に相談してみよう。秘密は守られます） 0120ではじまる番号は通話料無料です。

|                  |                 |              |                      |
|------------------|-----------------|--------------|----------------------|
| 子どもの人権110番       | 那覇地方法務局         | 0120-007-110 | 月～金 8:30～17:15       |
| 24 時間子どもSOSダイヤル  | 沖縄県各市町村教育委員会    | 0120-0-78310 | 24 時間                |
| 相談プラザ sorae(ソラエ) | 県子ども・若者総合相談センター | 098-943-5335 | 10:00～18:00(月・日・祝休み) |
| ヤングテレフォンコーナー     | 沖縄県警察本部         | 0120-276-556 | 月～金 9:30～18:15       |
| 子どもの悩み事 110 番    | 沖縄弁護士会          | 098-866-6725 | 月のみ 16:00～19:00      |
| いのちの電話           | 社会福祉法人 沖縄いのちの電話 | 098-888-4343 | 毎日 10:00～23:00       |

# 夏休み図書館利用について

図書館開館カレンダー

豊見城中学校図書館 2025

| 月           | 火     | 水     | 木     | 金     |
|-------------|-------|-------|-------|-------|
| 7月21日       | 7月22日 | 7月23日 | 7月24日 | 7月25日 |
| 海の日<br>休    | 休     | ○     | 休     | ○     |
| 7月28日       | 7月29日 | 7月30日 | 7月31日 | 8月1日  |
| ○           | 休     | ○     | 休     | ○     |
| 8月4日        | 8月5日  | 8月6日  | 8月7日  | 8月8日  |
| ～閉庁期間の為、休館～ |       |       |       |       |
| 8月11日       | 8月12日 | 8月13日 | 8月14日 | 8月15日 |
| 山の日<br>休    | 休     | ○     | 休     | ○     |
| 8月18日       | 8月19日 | 8月20日 | 8月21日 |       |
| ○           | 休     | ○     | 休     |       |

開館日：月・水・金

開館時間：9:00～12:00

**貸出冊数：3冊**

**台風時、暴風注意報発令時 閉館**

課題&指定図書  
図書館で貸出 OK  
※1人1冊まで



| 読書感想文(課題図書)                                                                                                                                                                                                                                                                    | 読書感想画(指定図書)                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 『わたしは食べるのが下手』<br> 会食恐怖症と摂食障害――。人と食事をするのが苦手な葵と、過食嘔吐を繰り返す咲子。ふたりの少女がたどった“わたしたち”なりの食との正しい付き合い方とは。わたしたちが望む給食って、いったいなんだろう？                                                                        | 『ヤングタイマーズのお悩み相談室』<br> あなたのお悩みもヤングタイマーズにおまかせください。土曜日の夕方5時から悩める14歳のためのラジオがはじまる。中学生におくる、お悩み相談小説。           |
| 『スラムに水は流れない』<br> 人は、水なしでは生きていけない。でも、ほんとうに必要なのはそれだけじゃない。家族、友情、シスターフッド、大人になるということ…手に汗にぎる！青春ストーリー。                                                                                             | 『ハルカの世界』<br> わたしは遥。わたしはエリン。スケッチブックに描かれたのは、もう一つの「現実の世界」？アウレリア王国のために戦うのか。美咲中学にもどるのか。遥の決断は？                |
| 『鳥居きみ子 家族とフィールドワークを進めた人類学者』<br> 人類学者・鳥居きみ子をはじめて描いた人物伝。夫・龍蔵や家族とともに、まるで探検するようなフィールドワーク(野外調査)を進めた鳥居きみ子。人類学のなかでも、昔から伝わる生活・風習・伝説・歌などを調べる民族学を切り開きました。さまざまな困難に直面しながらも、龍蔵に対する大きな信頼と度胸のよさでつきすすんだきみ子。 | 『あしたの幸福』<br> あとどれだけ近づけば、あとどれだけ離れれば、あたしはシアワセにさわれるんだろう。家族？友達？恋人？…どんな名もつかない間柄がつむぐ糸の行方は。野間児童文芸賞受賞後YA作品第一作！ |

# 夏休みの課題一覧(1学年)

☞約5週間の夏休みに入ります。学習面・スポーツ面をはじめ、家庭のことや地域での活動に積極的に取り組み、有意義な休みを過ごしましょう。①

| 教科   | 夏休みの課題                                   | 学習のポイントや注意点                                                          | 提出日                  |
|------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 国語   | 別紙参照                                     | 別紙参照                                                                 | 夏休み明け<br>最初の国語<br>授業 |
| 社会   | 社会科新聞                                    | 社会科に関連するテーマで新聞作成を行う。長期休みを活用して実際に現地を訪れ写真を撮ったり、取材を行うなど、ネタ集めを工夫する。      | 8/27(水)<br>の朝回収      |
| 数学   | ○夏休みの課題プリント<br>○授業で習った内容までのワーク           | 宿題が少ないので、自分で復習するチャンスです。1章単元テストや第1回実力テストで間違えた問題を何度も解いて、満点とれるようにしておこう。 | 8/25(月)<br>の朝回収      |
| 理科   | ①市村アイディア賞【指定の用紙に記入】(全員)<br>②理科の自由研究(希望者) | 提出の仕方<br>○市村アイディア賞→応募用紙にそのまま記入<br>○自由研究→ノート、ファイル(A4)で提出              | 8/25(月)              |
| 英語   | 配布されるプリントを解いて提出。                         | 宿題は少ないので英検の勉強をするチャンスです。英検協会のサイトを活用してください。                            | 8/25(月)<br>の朝回収      |
| 音楽   | 自分のクラスの合唱コンクールの曲を聴いておく。                  | 夏休み明けから、スムーズに合唱練習に入れるようにしましょう。                                       | なし                   |
| 美術   | 別紙で図画コンクール一覧を用意します。                      | 画用紙は美術科で配布します。                                                       | 8/29(金)              |
| 保健体育 | 熱中症、水の事故に気を付けて健康な夏休みを！                   |                                                                      |                      |
| 技術   | ①家の手伝い<br>②ものづくりをして作品の製作(希望者)            | ②の作品は中文祭に出品します。ちょっとしたコンクールです。興味のある人は直接、担当の先生に聞いてね！                   | 8月末日                 |
| 家庭科  | なし                                       |                                                                      |                      |

# 夏休みの課題一覧(2学年)

📅 約5週間の夏休みに入ります。学習面・スポーツ面をはじめ、家庭のことや地域での活動に積極的に取り組み、有意義な休みを過ごしましょう。 📅

| 教科   | 夏休みの課題                                      | 学習のポイントや注意点                                             | 提出日           |
|------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------|
| 国語   | 〈別紙参照〉<br>必須課題から選んで、作文を書く。<br>※希望者はいくつ書いても可 | 応募規定をしっかりと確認して、規定に沿った文章を書くこと。                           | 夏休み明け最初の国語の授業 |
| 社会   | ○社会科新聞                                      | *沖縄県に関する内容で作成すること。<br>*歴史学習ノートⅡで準備した下書きを使って、丁寧に仕上げましょう！ | 夏休み明け最初の授業    |
| 数学   | ○夏休みの課題プリント<br>○授業で習った内容までのワーク              | 1章単元テストや第1回実力テストで間違えた問題を何度も解いて、満点とれるようにしておこう。           | 夏休み明け最初の数学授業  |
| 理科   | 次のどれかを選択して提出してください。<br>○市村アイデア賞<br>○自由研究    | 提出の仕方<br>○市村アイデア賞→応募用紙にそのまま記入<br>○自由研究→ノート、ファイル(A4)で提出  | 8/25(月)       |
| 英語   | プリントを配布します。                                 | あまり多くはないですが、計画的に取り組ましましょう！                              | 夏休み明け最初の授業    |
| 音楽   | 自分のクラスの合唱コンクールの曲を聴いておく。                     | 夏休み明けから、スムーズに合唱練習に入れるようにしましょう。                          |               |
| 美術   | 別紙で図画コンクール一覧を用意します。                         | 画用紙は美術科で配布します。                                          | 8/29(金)       |
| 保健体育 | ・体育実技ノート<br>P1～P2、P7～P8、P15～P16             | 中学体育実技の教科書を参考にする。                                       | 8/26(火)       |
| 技術   | ①家の手伝い<br>②ものづくりをして作品の製作(希望者)               | ②の作品は中文祭に出品します。ちょっとしたコンクールです。興味のある人は直接、担当の先生に聞いてね！      | 8月末日          |
| 家庭科  | 家族のために栄養のバランスのとれた食事作りをしよう(スライドの提出もします)      | 料理をしているところの動画(5分程度)と使用する食材、1人分の配膳した料理の写真も忘れずにとって下さい。    | 夏休み明け最初の家庭科授業 |

# 夏休みの課題一覧(3学年)

 約5週間の夏休みに入ります。学習面・スポーツ面をはじめ、家庭のことや地域での活動に積極的に取り組み、有意義な休みを過ごしましょう。

| 教科   | 夏休みの課題                                                              | 学習のポイントや注意点                                                     | 提出日           |
|------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------|
| 国語   | 別紙参照                                                                | 別紙参照                                                            | 夏休み明け最初の国語授業  |
| 社会   | 社会科新聞                                                               | 社会科に関連するテーマで新聞作成を行う。長期休みを活用して実際に現地を訪れ写真を撮ったり、取材を行うなど、ネタ集めを工夫する。 | 夏休み明け最初の社会授業  |
| 数学   | 配布されたプリントに取り組む                                                      | 解答後は、答え合わせ・○付け・解き直しをして、提出しましょう。                                 | 夏休み明け最初の数学授業  |
| 理科   | ①「夏休みチャレンジ模試」に向けてのテスト勉強<br>②理科の自由研究(希望者)                            | 「夏休みチャレンジ模試」はR3.R4.R5.R6の沖縄県過去入試問題から出題します。(習っていない範囲は含まない)       | なし            |
| 英語   | タブレットで課題を配信します。<br>【クラスルーム内・ミライシードの課題を配信】<br>受検勉強用ですので、提出の必要はありません。 | 1・2年生の内容含め、これまでの復習です。<br>受検に向けて学習することをおすすめします。                  | なし            |
| 音楽   | 自分のクラスの合唱コンクールの曲を聴いておく。                                             | 夏休み明けから、スムーズに合唱練習に入れるようにしましょう。                                  | なし            |
| 美術   | 別紙で図画コンクール一覧を用意します。                                                 | 画用紙は美術科で配布します。                                                  | 8/29(金)       |
| 保健体育 | 生活リズムを崩さず、健康に過ごすこと！                                                 |                                                                 | なし            |
| 技術   | ①家の手伝い<br>②ものづくりをして作品の製作(希望者)                                       | ②の作品は中文祭に出品します。ちょっとしたコンクールです。興味のある人は直接、担当の先生に聞いてね！              | 8月末日          |
| 家庭科  | 家庭分野パート2ノートp20～24                                                   | 夏休み明け最初の授業で「消費者の権利と責任」の単元テストを行います。                              | 夏休み明け最初の家庭科授業 |

## 1. 必修課題(必ず取り組む課題)

次の〈課題一覧〉から1点以上、必ず取り組み、夏休み明け、最初の国語の授業で、各教科担当に提出する。

↓コンクール記号

※原稿用紙の1枚目の右上に、コンクール記号を書くこと。

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                    |                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------|----------------------------|
| <b>A</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>国際理解・国際協力のための全国中学生作文コンテスト</b> | 校内審査なし<br>実績かなり大きい | 入賞:図書カード<br>全国入賞者:ニューヨーク派遣 |
| <b>【テーマ】</b> 下の①～③の中から1つ選択して書く。副題をつけてもよい。作文の内容は、学校、家庭、社会などにおける応募者の学習や体験あるいは実践などを通し、国際連合について述べたものとする。<br>①あなたが考える平和とは何か。そのために何をすべきか。<br>②複数の国で協力して、取り組むべきと考える優先課題は何か。<br>③国連創設後の80年間で世界はどのように変化したと考えるか。今後の国連の使命は何か。<br><b>【応募規定】</b><br>400字詰め原稿用紙4枚以内(4枚目の半分以上～最後の行)。直筆、パソコンどちらでも可。<br>1行目から、本文を書き始めること。※タイトル書かない。※学年、組、番号、名前は、原稿用紙の外側の余白に書く。 |                                  |                    |                            |
| <b>B</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>「社会を明るくする運動」作文コンクール</b>       | 校内審査なし             | 賞品あり                       |
| <b>【応募規定】</b> 400字詰め原稿用紙3枚～5枚程度(専用の原稿用紙ありますので、もらうこと)<br>・日常の家庭生活、学校生活の中で、体験したことを基に、犯罪や非行のない地域社会づくりや犯罪・非行をした人の立ち直りについて考えたこと感じたことなどを題材とする。                                                                                                                                                                                                      |                                  |                    |                            |
| <b>C</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>沖縄県老人福祉作文コンクール</b>            | 校内審査あり             | 賞品あり<br>入賞すると表彰式あり         |
| <b>【応募規定】</b> 400字詰め原稿用紙3枚以上5枚以内<br>・老人の幸せのために家庭、社会、老人自身はどうすればよいかなど、日頃の体験を通して、具体的にわかりやすく文章にする。                                                                                                                                                                                                                                                |                                  |                    |                            |
| <b>D</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>作文コンクール(読売)</b>               | 校内審査なし             | 入賞したら実績<br>図書カード           |
| <b>【テーマ】</b> 自由。普段の生活や学校で感じたこと、体験したこと、創作、読書感想文などを広く募集。<br><b>【応募規定】</b> 400字詰め原稿用紙4枚以上30枚以内。                                                                                                                                                                                                                                                  |                                  |                    |                            |
| <b>E</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>動物愛護の作文コンテスト</b>              | 校内審査なし             | 実績大きい<br>副賞あり。表彰式東京        |
| <b>【題材】</b> 動物福祉や生命尊重に関するもの。<br>(例:ともに暮らしている動物や救助した動物のこと、野生動物との共存について、畜産動物、実験動物などについて)<br><b>【応募規定】</b> B4の400字詰め原稿用紙3枚以上4枚以内。<br>(1行目にタイトル、2行目に学校名、学年名、名前、3行目から本文)→4枚目に入ること。                                                                                                                                                                 |                                  |                    |                            |
| <b>F</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>中学生作文コンクール(かんぽ)</b>           | 校内審査なし             | 入賞:図書カード ※参加賞あり            |
| <b>【課題】</b> 「わたしたちのくらしと生命保険」※(医療保険、介護保険、個人年金保険などを含む内容にふれた内容。)<br><b>【応募規定】</b> 400字詰め原稿用紙2枚～4枚(直筆、パソコンどちらでも可)→3枚目以上～4枚目の最後の行<br>※全国入賞者は、11月東京にて表彰式に参加。                                                                                                                                                                                        |                                  |                    |                            |
| <b>G</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>全琉小・中・高校図画・作文・書道コンクール</b>     | 校内審査あり             | 入賞すると実績◎<br>(最優秀は県1位相当)    |
| <b>【応募規定】</b> 生活体験文(日々の生活の中の体験などから考えたことを書く)<br>・B4の400字詰め原稿用紙約4枚～6枚以内(5枚目に入ること)。直筆を原則とするが、パソコン使用も可能。<br>・1行目にタイトル、2行目に学年、名前、3行目から本文                                                                                                                                                                                                           |                                  |                    |                            |
| <b>H</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>さんご賞 小・中学生コンクール</b>           | 校内審査なし             | 副賞:図書カード<br>入賞者県外授賞式       |
| <b>【テーマ】</b> 地球の自然について、あなたが経験して楽しかったことや怖かったこと、また感じたり考えたりしていること。<br>人類が直面している五つの環境問題(地球温暖化、海洋汚染、水質汚染、大気汚染、森林破壊)について、<br><b>【応募規定】</b> 400字詰め原稿3枚(3枚目の最後の行まで)                                                                                                                                                                                   |                                  |                    |                            |
| <b>I</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>「お金の作文」コンクール</b>              | 校内審査なし             | 入賞:図書カード                   |
| <b>【テーマ】</b> ・将来の夢の実現とお金の関わり、わたしのお金のルール、我が家の約束事、いきたお金の使い方、ニュースにみるおかねなど、「おかね」に関することであれば、どのようなものでもよい。<br><b>【応募規定】</b> 400字詰め原稿用紙4枚(直筆、パソコンどちらでも可)。→4枚目の半分から最後の行まで<br>1行目にタイトル、2行目に学校、学年、名前、3行目から本文を書く。 ※参考・引用した本があれば、出典記入を最終ページに記載する                                                                                                           |                                  |                    |                            |
| <b>J</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>琉球みどりの文化賞</b>                 | 校内審査なし             | 副賞:図書カード<br>(1万円～五千円)      |
| <b>【課題】</b> 街に、人に潤いと安らぎを与えてくれる“花”と“緑”いまわたしたちにできることをテーマとした意見、提案、実践活動の報告など<br><b>【応募規定】</b> 400字詰め原稿用紙4枚(4枚目の半分以上～最後の行)                                                                                                                                                                                                                         |                                  |                    |                            |
| <b>K</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>JICA国際協力中学生・エッセイコンテスト</b>     | 校内審査なし             | 入賞したら実績<br>1週間の海外研修        |
| <b>【テーマ】</b> 地球に生きる私たちー未来へつなげるためにー<br><b>【応募規定】</b> B4サイズの400字詰め原稿用紙3枚(3枚目の最後の行まで)<br>1行目にタイトル、2行目に学校名、学年、名前、3行目から本文を書く。                                                                                                                                                                                                                      |                                  |                    |                            |

|                                                                                                                                                                                                                                                             |                     |                       |                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|-------------------|
| L                                                                                                                                                                                                                                                           | 障がい福祉ふれあい作文コンクール    | 校内審査なし                | 入賞:図書カード          |
| 【テーマ】障がいのある方とふれあって～わたしにとっての障がい福祉～<br>【応募規定】B4サイズの400字詰め原稿用紙4枚(4枚目の半分以上～最後の行まで)<br>1行目にタイトル、2行目に学校名、学年、名前、3行目から本文を書く。                                                                                                                                        |                     |                       |                   |
| M                                                                                                                                                                                                                                                           | 「ごはん・お米とわたし」作文コンクール | 校内審査あり<br>(各学年1点)     | 入賞したら実績<br>参加賞あり  |
| 【テーマ】毎日のごはんでおいしかったことや家族とのコミュニケーション<br>お米・ごはん食に関しての思い出や考えたことを素直な気持ちで自由に表現。<br>【応募規定】400字詰め原稿用紙4枚(4枚目の半分以上～最後の行まで)<br>1行目にタイトル、2行目に学校名、学年、名前、3行目から本文を書く。                                                                                                      |                     |                       |                   |
| N                                                                                                                                                                                                                                                           | 感動作文コンクール           | 校内審査なし                | 入賞:図書カード<br>参加賞あり |
| 【テーマ】感動(心が動いた瞬間、自分から進んで行動にうつったこと、自分自身を見つめながら考えたことなど)<br>【応募規定】400字詰め原稿用紙3枚(3枚目の最後の行まで)<br>1行目にタイトル、2行目に学校名、学年、名前、3行目から本文を書く。                                                                                                                                |                     |                       |                   |
| O                                                                                                                                                                                                                                                           | 南部地区読書感想文コンクール      | 校内審査あり<br>(課題2点、自由2点) | 入賞すると実績           |
| 【応募規定】課題図書、自由図書ともに、400字詰め原稿用紙5枚<br>※学校から課題図書2点、自由図書2点審査して出品(審査から外れた場合は、別のコンクールへ)<br>1行目にタイトル、2行目から本文 ※学年、組、番号、名前は、原稿用紙の外枠の余白部分に書く<br>(課題図書)・天川栄人作『わたしは食べるのが下手』(小峰書店)<br>・ヴァルシャ・バジヤージ著、村上利佳訳『スラムに水は流れない』(あすなろ書房)<br>・竹内紘子著『鳥居きみ子:家族とフィールドワークを進めた人類学者』(くもん出版) |                     |                       |                   |
| P                                                                                                                                                                                                                                                           | 中学生作文コンクール(イオン)     | 校内審査なし                | 参加賞あり<br>表彰式は東京   |
| 【テーマ】未来へつなぐ、わたしのエコ活動(気候変動や海洋プラスチックごみ、森林破壊など、環境問題に関して、あなたが取り組んでいること<br>とこれから取り組みたいことを作文に書く。)<br>【応募規定】400字詰め原稿用紙3枚(1000字～1200字以内)<br>1行目にタイトル、2行目に学校名、学年、名前、3行目から本文を書く。PCは不可。                                                                                |                     |                       |                   |

## 2. 自由課題(希望者)

希望者は、応募規定に基づいて取り組み、夏休み明け、  
最初の国語の授業で、各教科担当に提出する。

|                                                                                                                                                                                   |                       |                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------|
| 書道                                                                                                                                                                                | 全琉小・中・高校図画・作文・書道コンクール | 入賞すると実績                        |
| 【応募規定】半切(1350mm×350mm)か書初用紙(720mm×200mm)<br>・学年相応の作品とする。草書、旧字体、古典の仮名・漢字、臨書作品は審査対象外になります。<br>・落款(作品左側に書く学年や名前など)は、学年と氏名だけを書くこと。                                                    |                       |                                |
| 書道                                                                                                                                                                                | JA共済 全国小・中学生書道コンクール   | 入賞すると実績                        |
| 【半紙の部】・1年「相互理解」 ・2年「農業振興」 ・3年「晴耕雨読」<br>【条幅の部】・1年「歴史を紡ぐ」 ・2年「協同の精神」 ・3年「信頼の醸成」                                                                                                     |                       |                                |
| 書道                                                                                                                                                                                | 全国書画展覧会               | 入賞すると実績                        |
| 【応募規定】半紙(楷書、行書どちらでも可)<br>1年…「天地」もしくは「大木」もしくは「日光」 2年…「若緑」もしくは「桜色」 3年…「永遠」もしくは「栄光のかけ橋」                                                                                              |                       |                                |
| 韻文                                                                                                                                                                                | 全琉小・中・高校図画・作文・書道コンクール | 入賞すると実績                        |
| 【応募規定】B4の400字詰め原稿用紙<br>(短歌・俳句)題名なし、1行目に学年、名前を書く。3句、3首で1編とする。(3つの俳句、または3つの短歌で1作品)<br>(詩)枚数制限なし。1行目にタイトル、2行目に学年、名前、3行目から書き始める。                                                      |                       |                                |
| 詩                                                                                                                                                                                 | 「おかあさんの詩」全国コンクール      | 校内審査なし<br>入賞すると<br>賞金または、記念品贈呈 |
| 【テーマ】「おかあさん」をテーマにした詩。ただし、おかあさん以外の家族や動物のおかあさんなどをテーマに創作してもかまわない。<br>【応募規定】B4判400字詰め原稿用紙2枚以内。(1行目題名、2行目、学年・名前、3行目から本文とする。                                                            |                       |                                |
| 感想文                                                                                                                                                                               | マンガ感想文コンクール           | 校内審査なし<br>副賞あり                 |
| 【テーマ】マンガの裏表紙または巻末にISBNで始まる数字が記載されているもの。学習マンガは除く。<br>複数巻あるマンガでも全巻でも、その中の1巻でも応募可。お気に入りのマンガを読んで、感想文を書く。<br>【応募規定】400字詰め原稿用紙3枚以内。手書き、ワープロソフトどちらでも可。原稿用紙の余白部分に「氏名」「読んだマンガ」「感想文の題名」を記入。 |                       |                                |
| 体験文                                                                                                                                                                               | 小さな助け合いの物語賞           | 校内審査なし<br>副賞あり                 |
| 【テーマ】「小さな助け合い」社会では、「助け合い」の心の大切さを伝えるため「誰かに助けってもらった時の感謝の気持ち」「誰かを助けたことで<br>得られた豊かな心」「誰かと助け合って何かをしたときの感動」など、体験した「小さな助け合い」をテーマにしたもの。<br>【応募規定】400字詰め原稿用紙3枚。(専用の原稿用紙あり)                 |                       |                                |

## 美術科 夏休みの課題について ※希望者のみ

| コンクール名                                 | 応募規格                            | 締め切り        |
|----------------------------------------|---------------------------------|-------------|
| 令和7年度「私たちの文化財」                         | 四つ切か八つ切り画用紙                     | 8月29日(金)まで！ |
| 令和8年水難事故防止ポスター                         | A4からA2の画用紙 縦長で文字は入れない           |             |
| 全国書画展覧会                                | 四つ切か八つ切り画用紙                     |             |
| 全琉図画作文コンクール                            | 四つ切画用紙                          |             |
| 第9回アートコンクール（県立美術館）                     | 専用の応募用紙を美術科から受け取る               |             |
| 第39回ダイキンオーキッドレディス<br>ゴルフトーナメントポスターデザイン | 四つ切か八つ切り画用紙 文字は入れない             |             |
| JA 共済 全国小・中学生 書道・交通安全ポスターコンクール         | 四つ切サイズ 標語・言葉には固有の商品名は入れないようにする。 |             |
| 令和7年度 明るい選挙啓発ポスター                      | 四つ切 縦書き 標語あり                    |             |
| 第31回沖縄県中学校総合文化祭<br>テーマ・ポスター            | 四つ切画用紙縦書き                       |             |

☆その他コンクールも美術室前掲示板に掲示しています。気になるものがあったら美術の先生に相談してください。

☆画用紙は美術科で準備します。希望する生徒は申し出てください。

☆作品の提出は美術室前の長テーブルに用意している**カゴ**に入れてください。

☆必ず、クラス番号名前を記入「題名」を裏に記入してください。

☆作品が痛むので、丸めたり折ったりしないで提出しましょう。

# 健康と安全に気をつけて、楽しい夏休みにしましょう

夏休みには、色々なチャンスがあります！1学期前半にできなかったことを復習するチャンス。本をいっぱい読んで、新しいことを知るチャンス。たくさん体を動かすチャンス。そして、体の調子を整えるチャンスです。

夏休みにはふだんできない経験をたくさんして、成長した素敵な姿で8月25日に会えることを楽しみにしています。

## 夏休みの計画を 考えてみよう！



## 夏休みは治療のチャンス



検診の結果、「要治療」「要精査」等所見のあった生徒には、治療勧告・医療機関へのすすめ等を通知しています。

普段、部活動や塾などで忙しくて、なかなか病院へ行けない人も多いようですが、夏休みは、検査・治療のチャンスです！

元気に、1学期後半をスタートできるようにこの機会にぜひ受診してください。

## 夏休み中、こんな生活をしていると

夏バテになりやすくなります！体調管理も忘れずに！



朝ごはんを抜く



1日中ゴロゴロしている



冷たい物ばかり  
摂っている



夜更かしばかりしている



エアコンを長時間使う

こんな症状があれば夏バテのサイン



頭痛・めまい



体がだるい



食欲がない

## 夏バテ予防のポイント

夏バテは体が暑さに順応できず、さまざまな体の不調が現れた状態です。生活習慣を見直して、夏バテしない体をつくりましょう。

### 睡眠をしっかりとり



睡眠不足だと疲れがたれず、体のさまざまな機能も低下します。

質の高い十分な睡眠をとるために、毎日決まった時間に起きて朝日を浴びましょう。

### エアコンで部屋を 冷やしすぎない



屋外と温度差が大きいと、部屋と屋外を行き来したときに自律神経が乱れ、体の不調につながります。

エアコンの設定温度は下げすぎないようにしましょう。

### 栄養バランスの 良い食事をとる



冷たい食べ物は胃腸の機能を弱めます。また、そうめんなど口あたりの良い物ばかりだと栄養不足にもなりがちです。タンパク質(肉・魚・卵)やビタミン・ミネラル(野菜・果物)を積極的にとりましょう。

### 軽い運動で汗を流す



涼しい部屋でゴロゴロしてばかりだと、汗をかくことが少なくなり、体温調節機能が弱まって、暑さに対応しにくくなります。日頃から軽い運動で汗を流し、体温調節できる体をつくりましょう。

## 知って防ごう！「熱中症」

「熱中症」ってなに？



日差しの強い所や気温の高い所に長くいたときに、体温調節のしくみがうまく働かなくなって起こります。

起こりやすいのはどんなとき？



暑いとき、スポーツをしているとき、閉め切った室内や車内、風が通りにくい所にいるときに起こりやすいです。

どんな症状？



めまい、頭痛、筋肉痛、吐き気、だるい、けいれん、まっすぐ歩けない、体温が高くなる等の症状があります。

「おかしい！」と思ったら



少しでも調子が悪い、何かおかしいと感じたら、がまんせずに涼しい場所で休む、体を冷やす、水分をとりましょう。

防ぐためには…



無理せずに過ごすこと、外に出るときは、帽子をかぶる、こまめに水分をとることが大切です。



## 被害者にも加害者にもならないために

SNSで誰かが書いていた悪口の投稿を拡散しただけに、訴えられた。

簡単な作業で10万円。高校生でもOK！と言われて引き受けた「アルバイト」だった。気づかぬうちに、犯罪に加担してしまった。

オンラインゲームで知り合った人と意気投合し、相談にものってもらっていたら個人情報を特定され、「ばらされたくなければ裸の自撮りを送れ」と脅された。

夏休みは自由な時間ができる分、普段とは違うトラブルに巻き込まれることがあります。自分の言動ひとつで自分を含めた誰かが傷つく可能性を想像することが大切です。

困ったときは迷わず大人に相談を。



不安なことや困ったことがあるときは、1人で抱えこまないように。

**あなたの周りには、あなたの心の声を聞いてくれる人がいます。**

あなたは、不安なことや困ったことがあったとき、だれかに相談していますか？

自分だけで解決できることもあるかもしれませんが、だれかに話すことで、モヤモヤした気持ちを心の外に出すうちに、自分の心が整理されて少し距離がとれ、心が軽くなることがあります。それに、1人で悩むより色々な解決策が見つかるかもしれません。話すことは「(解き) 放す」ことにつながります。

「話してすべて解決！」というわけにはいかないかもしれませんが、まずは話せそうな人に相談してみましょう。

学校は、夏休み中も、「土・日・祝日、8月4日～8日以外」は、先生方がいるので、相談に来てOKです。

次のページに県内、全国の相談先を紹介しています。直接会って相談しにくいときは、参考にしてみてください。

まずは、話しやすい人に相談してみよう。



## 県内、全国の相談先紹介

家族や学校の先生、友だち、スクールカウンセラーなど、  
直接会って相談しにくいときは、下記の電話番号でも相談できます。

とくめい  
匿名でも  
OK だよ

### 沖縄県内

沖縄県教育委員会 親子電話相談

**098-869-8753**

月～土 9:00～22:00 まで

誰だって、そっと話したいことがある。  
あなたの悩みを相談員がお聞きします。  
プライバシーを守ります。

学校のこと 友達のこと 自分のこと 家庭のこと

沖縄いのちの電話

**098-888-4343**

年中無休 10:00～23:00 まで

あなたがつらい時、いつも近くにいます。  
秘密を守ります。相談は無料です。

沖縄県警察少年課：少年サポートセンター（ヤングテレホンコーナー）

**0120-276-556**

月～金 9:30～18:15 まで

非行やいじめ、犯罪被害などの悩みごと、困りごとに  
対して、どう解決したらよいかを一緒に考えます。

沖縄県立総合精神保健福祉センター：こころの電話

**098-888-1450**

月・水・木・金 9:00～11:30 / 13:00～16:30

こころの健康保持増進を目的として  
相談に応じます。



➡ <https://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/seishinhoken/>

沖縄県子ども・若者みらい相談プラザ sorae（ソラエ）

（北部圏域の方）

**0980-43-8300**

月～金 10:00～17:00

（それ以外の方）

**098-943-5335**

火～土 10:00～18:00

子どもやそのご家族等からの  
様々な悩みに対する総合相談  
窓口です。

### 全国

子どもの人権 110 番

**0120-007-110**

月～金 8:30～17:15 まで

いじめ、暴力・暴言を受けている、など  
先生や親に話しにくいことがあったら、  
電話してくださいね。

24 時間子供 SOS ダイヤル

**0120-0-78310**

24 時間 年中無休 （なやみきょう）

いじめで困ったり、自分の友人のことで不安や  
悩みがあったりしたら、一人で悩まず、いつ  
でもすぐ電話で相談してください。

### SNS 相談

生きづらびっと（ライフリンク：厚生労働省補助事業）

➡ <https://yorisoi-chat.jp/>

月・火・木・金・日 17:00～22:30（22:00 まで受付）  
水 11:00～16:30（16:00 まで受付）

あなたのつらい気持ちを  
安心して話すことの  
できる SNS 相談です。



チャイルドライン

➡ <https://childline.or.jp/chat>

チャットで相談できます。  
（HP よりカレンダー参照してください。）  
チャット開設日の 16:00～21:00

かかえている思いを誰かに話すことで、少し  
でも楽になるよう、気持ちを受けとめます。  
あなたの思いを大切にしながら、どうしたら  
いいかを一緒に考えていきます。

