



中央ウェイ

6月号

「飲水思源（いんすいしげん）」

主幹教諭 細川 隼輔

今年度より中央ろう学校に着任いたしました細川と申します。新年度が始まり、早くも2か月が経過し、初夏の訪れを感じる季節となりました。現在、5月考査を終え、体育祭に向けた練習が本格化しています。生徒たちは学年を越えて協力し合い、各プログラムの準備に意欲的に取り組んでいます。今後も、生徒の学びと本校の教育活動がより充実したものとなるよう尽力してまいります。1年間、どうぞよろしくお願いいたします。

簡単に自己紹介をさせていただきます。これまで水元小合学園（就業技術科）に9年間、葛飾ろう学校（中学部）に9年間勤務してまいりました。葛飾ろう学校では中学部野球部の顧問を務め、中央ろう学校野球部の創部当初からの活躍を間近で見守ってきました。繰り広げられた熱戦の一つ一つのプレーを今でも鮮明に覚えています。現在、都ろう野球大会で12連覇中とのことで、これまでの卒業生や顧問の先生方のご尽力に深く敬意を表します。

また、以前から在職している先生方の話や「先輩の話を聴く会」の資料等を通じて、小学生時代に関わりのあった卒業生が充実した大学生活を送っていることを知ることができ、大変嬉しく思います。大学での情報保障の取り組みについても、卒業生や進路指導の先生方が多くの時間をかけて支援体制を築いてこられたと伺っています。

最後に、タイトルの「飲水思源（いんすいしげん）」とは、故事成句の一つで「水を飲みて源（みなもと）を思う」と読みます。「水を飲むときその水源を思う」の意から「人から受けた恩や物事の基本を忘れない」という意味や、広い解釈として「井戸を掘った者を忘れない」という意味として使われています。現在、私たちが享受している活動や仕組み、制度の多くは、誰かが何もないところから始め、作り上げ、また別の誰かが継承し、継続されてきたものかもしれません。中央ろう学校においても開校以来20年にわたり、「水源を見つけ、井戸を掘り、水を運び続けた」方々がいたからこそ、今の姿があると思っています。私自身、着任したばかりではありますが、学校生活に溶け込んでいるこれらの恩恵に思いを馳せ、良質な水を運び、時には新しい井戸を掘りながら、これからの5年、10年後の未来へとつなげてまいります。

「先輩からのアドバイス」

進路指導部 青木 泰雄

新年度が始まり、早いもので2か月が経ちました。中央ろう学校の定期考査（5月）を初めて経験した1年生、4年生の皆さん、日頃の学習の成果は十分に発揮できたでしょうか。学習の成果を発揮できた人も、あまり満足できなかったと感じる人も「継続は力なり」という言葉がある通り、あきらめずに努力を続けましょう。今すぐに結果が出なくても、焦らず自分を信じて努力を続けることによって次のステップに進むことができます。

ここで、定期考査と模試の違いについてお話いたします。定期考査は試験範囲があらかじめ決まっており、きちんと学習をすれば高得点を取ることが可能です。この定期考査の結果は学校の評定に繋がっており、大学受験においては自分が志望する大学の推薦入試が受験できるかどうか判断するための大切な基準の1つとなります。一方で、試験範囲が決まっていない模試などの実力試験では、応用力が求められます。

大学受験を突破したこれまでの先輩の様子を見てみると、定期考査で良い得点を得る生徒が模試でも高得点を記録する傾向がありました。授業中は集中し、できるだけ早く習ったことを復習する、そして、予習も欠かさないという姿勢が大切です。以下に、歴代の先輩からのアドバイスを載せましたので、ぜひ参考にしてください。

- 総合型選抜や推薦を狙っている場合は、オール5を目指そう。それくらいの本気度でないと、大学へのアピールにならない。一般選抜は、対策をきちんと練って地道に取り組むこと。
- 推薦を考えている場合は、特に苦手な教科の定期考査を頑張る必要がある。（評定が推薦基準ぎりぎりになる可能性は無くしたい。）
- 教科書やプリントを何度も読み返したり、音読をしたりする。定期考査の1か月前から勉強すると良い。赤点は取るな。成績は1の差が合否につながる。
- 授業中に先生が言っていることをメモしておく、復習の時に役立ち、定期考査で点が取れる。
- 定期考査の約1か月前から、授業やノートの内容を主に復習した。早くから復習したので考査直前に焦らずに済んだ。特に、苦手な教科の復習に多くの時間を費やした。全教科で70～80%以上、得意教科で90%以上の得点を取ることを目標にした。
- 定期考査の1点にこだわり、どの教科も最低でも70点は取れるようにした。勉強時間は平日3時間以上、休日8時間以上に設定し、休憩時間も入れメリハリをつけた。

どんな努力も決して無駄にはなりません。定期考査の時期だけに集中して勉強をするのではなく、日頃よりこつこつ取り組みましょう。

補聴器相談について

自立活動委員会 景山

6月の補聴器相談日についてお知らせします。補聴器等のことで御相談がありましたら、学校の自立活動担当までお問い合わせください。

☆6月の補聴相談予定☆

来 校 業 者	日 付
ワイデックス（ブルーム）	6月12日（木）
リオン	6月17日（火）
WP	6月26日（木）

ほけんだより 6月

保健室 本諏訪美幸
内木場美紗

雨の多い季節になりました。蒸し暑い6月は、夏の暑さに耐える体の準備期間です。徐々に暑さに適応していくことで、熱中症になりにくくなるとされています。今からエアコンを使っていると、体が暑さに順応していかず、夏に熱中症になりやすくなるため注意が必要です。

6月は、気づかないうちに「疲れ」や「ストレス」がたまりやすい時期です。「なんかしんどいな…」と思ったら、ひとりで抱えこまずに、保健室に来てくださいね。

もうすぐ梅雨が始まります

気温がぐっと上がり夏のように暑い日もあれば、梅雨に入って雨で急に冷え込む日がある、気温の寒暖差が激しい季節です。1日の中でも気温差がかなりある日があり、体調を管理するためにも工夫が必要ですね。



晴れの日

こまめに水分補給しよう！

気温が上がった日は熱中症になりやすいため、特に注意してこまめに水分補給をしましょう。

また、汗をたくさんかいた日は、水だけではなく塩分なども補給するようにするといいですね。



汗はタオルで拭き取ろう！

汗を放置しておくと、においのもとになることがあります。汗をかいたら、早めにタオルで拭き取りましょう。



暑い日も肌着を着よう！

暑い日は、肌着（インナー）を着ない人も多いと思いますが、じつは肌着は汗を吸い取り体温を調整するため、肌着を着たほうが涼しく過ごせるのです。通気性の良い、速乾性に優れた素材の肌着を着るようにしましょう。



雨の日



傘のバンドをとめよう！

雨の日にバスや電車に乗るときは他の人に濡れた傘が当たらないように傘のバンドをとめましょう。また、傘を持っているときは前や周りが見えにくくなるので視界をふさがないように気をつけて歩きましょう。



羽織れる1枚を持ち歩こう！

梅雨の時期は雨で気温が急に下がったり、逆に蒸し暑くなったりと気温の変化が激しい時期です。セーターや部活のジャージなど羽織れるものを1枚持ち歩くようにしましょう。



地面が滑りやすい！

雨の日は、マンホールの上や白線などの上が滑りやすくなります。室内でも廊下や階段などが湿って滑りやすくなります。走らないように気をつけましょう。



6月の保健行事

- 3日(火) 尿検査予備日
- 5日(木) カウンセリングデー（舘脇先生）
- 10日(火) 色覚検査（4A希望者）
- 11日(水) 色覚検査（4B希望者）
- 12日(木) 色覚検査（4C希望者）
- 13日(金) 色覚検査（中1希望者）
- 19日(木) こころの健康相談（鶴丸先生）
- 26日(木) カウンセリングデー（舘脇先生）

6月の保健目標

むし歯や
歯肉炎を治そう





6月4日～6月10日は歯と口の健康週間です。5月に受診した歯科検診の結果はどうでしたか。虫歯はなかったけど、歯肉の腫れや歯垢を指摘された人もいます。健康な歯と口のためには、デンタルケアが大切です。この機会に改めて歯と口の健康について見直してみましょう。

Q1 虫歯ではないのに受診って本当に必要？

→プロケアにしかできないケアがあります

どれだけ気をつけてこまめに歯みがきをしていても、セルフケアには限界があります。セルフケアとプロケアの両方を組み合わせて初めて効果的な予防につながるのです。

自分で行うセルフケア

- ・毎日、毎食後の歯みがき
- ・歯間ブラシやフロスを使った歯間クリーニング
- ・栄養バランスのよい食事を心がける
- ・よく噛んで食べる
- ・甘いものを控える など



歯科医・歯科衛生士によるプロケア

- ・歯の健康状態の検査・評価
- ・普段の歯みがきで落とせない歯垢の除去
- ・歯石の除去（スケーリング）
- ・歯みがき指導、フッ素の塗布
- ・口腔疾患の治療 など

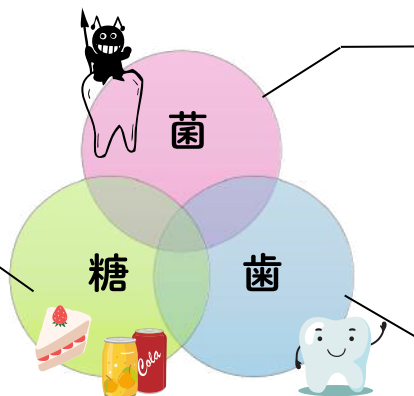


Q2 一生懸命歯をみがいてるのに虫歯になってしまうのはなぜ

→歯みがき以外にもいろんな要素が関わっています

「菌」「歯の状態」「糖」の3つの条件が揃い、そこに「時間」が加わるとむし歯になってしまいます。

糖はむし歯菌の栄養素。たくさんとるとむし歯になりやすくなります。



虫歯菌は人から人へ感染します。赤ちゃんの口にはいませんが、大きくなるにつれて保菌者は増えていきます。

歯並びによってみがき方は工夫が必要です。また、病気で元々歯が弱い人もいます。生まれ持った歯の状態はそれぞれ違うのです。

時間

むし歯菌にとって理想的な環境で時間が経過すると、むし歯に進行しやすくなります。また、時間を決めずにだらだらと飲食するのも要因の一つです。

Q3 歯ブラシが手元にないとき、歯みがきの代わりにできることは

→軽いうがいだけでもしておきましょう。だ液も味方につけて

歯ブラシがない場合は、うがいだけでもしておきましょう。うがいをするときは、少量ずつ水を含んで何度も洗うほうが効果は高まります。

また、口の中をきれいに保つ働きのあるだ液を出すマッサージもおすすめ。耳の下、頬、あごの下を手でもむとだ液が出やすくなります。



“An ounce of prevention is worth a pound of cure.”

「百の治療より一の予防」、つまり「予防は治療に勝る」。

定期的に受診していれば丁寧なケアで予防ができますし、仮にむし歯になっても早期に見つけて短い治療で終わられます。特に問題がなくても、年に2～3回は受診するのがおすすめです。

令和7年6月

東京都立中央ろう学校 校長 石田 節恵
スクールカウンセラー 賀屋 祥子
永野 秀美
スクールソーシャルワーカー 舘脇 千春

カウンセラーだより

令和7年度がスタートしてから2か月が経ちました。5月には今年度最初の定期考査がありました。そして6月には体育祭があります。勉強や運動で持ち前の力を思いきり発揮する季節がやってきました。

進級して新しくなった生活リズムに慣れてきた一方で、少し体や心の疲れも出てきやすい時期かと思います。

今年度からスクールカウンセラー2名とスクールソーシャルワーカー1名で皆さんの心の健康や学校生活をサポートすることとなりました。よろしくお願いします。

スクールカウンセラーとは？

友達、勉強、進路、家族のことなど、何でも困ったことや悩んでいること、不安なことがある時に、一緒にお話をしたり考えたりすることができます。

周りの人に話しにくいことや、誰に相談したらよいか分からないようなことについてもお話ができます。

スクールソーシャルワーカーとは？

スクールソーシャルワーカーは、皆さんの現在や将来の生活についての心配事や進学・将来の就職など進路にかかわる悩み事について相談できます。必要に応じて地域資源（相談や役立つサービスを利用できる関係機関など）につなぐお手伝いをすることもあります。

6月の相談日

賀屋先生 (スクールカウンセラー)	6/6 (金)、6/13 (金)、6/27 (金)
永野先生 (スクールカウンセラー)	6/2 (月)、6/11 (水) 6/16 (月)、6/23 (水)
舘脇先生 (スクールソーシャルワーカー)	6/5 (木)、6/26 (木)

相談は予約制です。相談したい時には担任の先生または保健室にお申込み下さい。相談内容についての秘密を大切にします。皆さんが話した内容が許可なく他の人に知られてしまうことはありませんので、安心して何でも話してくださいね。

スクールカウンセラー Q&A

今号では、「スクールカウンセラー」について、Q&A形式で紹介します。



スクールカウンセラーはどんなことをしていますか？

スクールカウンセラーは、生徒やご家族の皆さんから困っていることや心配なことについてお話を聞いて、気持ちが軽くなるにはどうしたらよいかを一緒に考えます。そして、皆さんが心も体も元気に毎日を過ごせるようにサポートしています。



スクールカウンセラーは校内のどこにいますか？

保健室 または 職員室にいます。学校全体の様子を知り先生方や生徒のみなさんにつながるために校内を巡回していることもあります。授業中に教室で見かけたり、休み時間に廊下などで見かけることがあるかもしれません。



スクールカウンセラーにはどんな相談ができますか？

生徒の皆さんの生活や成長にかかわる様々な悩み事や心配事について相談できます。

たとえば…

家庭での生活について…生活リズム・生活習慣、家族関係

学校生活について…学習、授業、部活動、友達関係、先生との関係

自分自身の進路や未来について

その他、様々な心の悩み・ストレスを感じていることについて



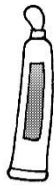
スクールカウンセラーに相談したい時はどうしたらよいですか？

相談は、基本的に予約制です。相談を希望する時は担任の先生または保健室に申し込んでください。





6月



給食だより



東京都立中央ろう学校
校長 石田 節恵
栄養士 本道 紀子

5月は寒暖差も激しく、体調管理が難しかったですね。6月は、体育祭をはじめ、学校行事も多数予定され、忙しくなります。その反面、本格的な梅雨の時期を迎え、気温や湿度が高まり、疲れも溜まりやすくなります。1日3食、規則正しい食生活で、元気に過ごしたいですね！



* 6月の献立から *



今月は、夏への移り変わりを感じる行事食と、それにちなんだ食材や料理をご用意します。

● 6月11日 ～ 入梅メニュー ～



- ・梅おかかご飯
- ・鰯（アジ）の竜田揚げ
- ・野菜と昆布の酢の物
- ・具だくさんみそ汁
- ・黒糖きな粉ミルクゼリー



暦のうえでは、10日頃が「入梅」とされる「梅雨」。語源は諸説ありますが、「梅の実の収穫時期に降る雨」というものが有名です。そんな、「入梅」の時期にちなみ、梅漬をご飯に加えた献立です。梅漬の酸味と塩味が、蒸し暑さに慣れていない身体に元気を与えてくれます。

また、脂がのり美味しくなる梅雨時の鰯「入梅鰯」を、竜田揚げにしてご用意します。



● 6月20日 ～ 夏至メニュー ～

- ・たこめし
- ・鶏肉の香り焼き
- ・冬瓜の銀あんかけ
- ・夏野菜の味噌汁
- ・梅ゼリー

夏至は、一年でお昼の時間が一番長い日。関西では、夏至にタコを食べる習慣があります。これは、関西では、夏至が田植えの時期にあたるため「稲が、タコの足のように八方に深く根を張り、豊作になるように」という願いを込めたもので、それが「夏の暑さに負けないように」という願いを



込めた習慣として今に伝わったものです。当日は、それにちなみ、皆さんの健康を願って、タコを炊き込んだ「たこめし」と、夏バテに効果のある「青梅」を使った「梅ゼリー」をご用意します。



6月は“食育月間”です。また、6月4～10日は、“歯と口の健康週間”でもあります。

食を通じて、健康や文化に関することなどを感じていただけるよう、行事・季節食のほか、万博で賑わっている「大阪府」や、世界のニュースの中心になっている「アメリカ合衆国」の料理など、様々な食材や料理をご用意します。



6月は食育月間



食育とは、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と、バランスのよい「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。

～食育で育てたい食べる力について考えてみよう～



- | | |
|---|--|
| ☐ 心と体の健康を維持できる | ☐ 食事の重要性や楽しさを理解できる |
| ☐ 食べ物の選択や食事づくりができる | ☐ 一緒に食べたい人がいる |
| ☐ 日本の食文化を理解して伝えることができる | ☐ 食べ物やつくる人への感謝の心を持つ |



『らんちポスト』へのリクエストに応えた料理も多数ご用意します！
リクエストもお待ちしています!!



2025年度

6月

給食予定献立表



東京都立中央ろう学校

日	曜日	献立	牛乳	1群 (たんぱく質)	2群 (無機質)	3群 (緑黄色野菜)	4群 (その他の野菜・果物)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)
2	月	チョップドチーズトースト 豚肉と茸のチャウダー グリーンサラダ アメリカ合衆国料理	○	豚肉 牛肉 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん 青ピーマン ブロッコリー	玉ねぎ キャベツ 黄ピーマン きゅうり マッシュルーム エリンギ しめじ	パン じゃが芋 小麦粉	油 バター マヨネーズ	797 35.9
3	火	ご飯 鶏肉のバーベキューソース キャベツと茸の海苔風味サラダ♪ カブと青菜のスープ 抹茶のスコート 歯と口の健康週間	○	鶏肉 ベーコン	牛乳 のり	にんじん チンゲン菜 かぶ菜	りんご しめじ 玉ねぎ かぶ ねぎ レモン キャベツ	米 強力粉 大麦 チョコレート 上白糖 三温糖 小麦粉	バター	857 32.4
4	水	小松菜とひじきのご飯 魚の胡麻焼き めかぶとイカのサラダ 沢煮桜 野菜チップス♪	○	鯉節 油揚げ さわか いか	牛乳 ひじき めかぶ	にんじん 小松菜	キャベツ 大根 ねぎ ごぼう	米 さつま芋 大麦 三温糖 上白糖 片栗粉	油 ごま マヨネーズ	820 34.3
5	木	ご飯 生揚げと野菜の中華風旨煮 わかめとツナの中華和え 卵スープ♪	○	豚肉 卵 生揚げ まぐろ	牛乳 わかめ	にんじん チンゲン菜 万能ねぎ	たけのこ ねぎ 白菜 きゅうり しめじ 大根 椎茸 えのき 玉ねぎ もやし	米 大麦 片栗粉	油	746 32.9
6	金	カレーライス♪ コールスローサラダ トマトスープ♪	○	豚肉 ハム	牛乳	にんじん トマト	玉ねぎ 大根 りんご キャベツ とうもろこし しめじ	米 大麦 じゃが芋 小麦粉 上白糖	油 バター	779 28.6
10	火	味噌ラーメン♪ 野菜のボン酢醤油和え スイートポテト♪	○	豚肉 鯉節 卵	牛乳 クリーム	にんじん 万能ねぎ 小松菜	キャベツ 大根 玉ねぎ レモン ねぎ もやし とうもろこし	中華麺 三温糖 さつま芋	油 バター	795 32.4
11	水	梅おかかごはん♪ 鰯の竜田揚げ 野菜と昆布の酢の物 具だくさん味噌汁 黒糖きな粉ミルクゼリー♪	○	鯉節 凍り豆腐 あじ きな粉 蒲鉾	牛乳 昆布 アガー	にんじん オクラ 小松菜	梅漬 大根 白菜 玉ねぎ もやし えのき ごぼう	米 里芋 大麦 小麦粉 片栗粉 上白糖	油 ごま	762 35.1
12	木	キャロットライスの チキンクリームがけ キャベツとワカメのオリーブ油炒め ミネストローネ	○	鶏肉 ベーコン 大豆	牛乳 チーズ クリーム わかめ	にんじん 赤ピーマン トマト	玉ねぎ マッシュルーム エリンギ キャベツ セロリ	米 大麦 小麦粉 じゃが芋 マカロニ	油 バター	834 31.5
13	金	中華混ぜご飯 しゅうまい 拌三絲♪ もやしと鶏肉の中華スープ	○	豚肉 鶏肉	牛乳	にんじん 万能ねぎ 水菜	たけのこ もやし 椎茸 しめじ 玉ねぎ グリーンピース きゅうり	米 春雨 大麦 上白糖 片栗粉	油 ごま	832 34.4
16	月	生姜ご飯 豚肉の生姜焼き ごぼうとツナのごま酢和え 味噌汁 生姜の日	○	油揚げ 豚肉 まぐろ	牛乳 青のり	にんじん 青ピーマン	玉ねぎ 生姜 もやし ごぼう きゅうり キャベツ	米 大麦 上白糖 じゃが芋	油 ごま	755 34.5
17	火	セサミパン スパニッシュオムレツ 青菜ときこのサラダ 白菜とベーコンのスープ 紅茶ゼリー♪	○	鶏肉 ベーコン 卵 ハム	牛乳 アガー チーズ クリーム	にんじん ほうれん草 青ピーマン 赤ピーマン	玉ねぎ 大根 キャベツ しめじ エリンギ 白菜	米 大麦 小麦粉 じゃが芋 上白糖	油 ごま	809 37.1
18	水	ご飯 ヤンニョムチキン♪ 3色ナムル♪ 中華風コンスープ	○	鶏肉 豆腐	牛乳	にんじん ほうれん草 万能ねぎ	もやし とうもろこし 椎茸	米 大麦 片栗粉 小麦粉 上白糖	油 ごま	857 32.3
19	木	小松菜とじゃこの炒めごはん いわしのさんが焼き 明日葉のごまマヨ和え のっぺい汁 3年生 修学旅行 食育の日献立	○	いわし 鶏肉 卵 油揚げ	牛乳 ちりめんじゃこ チーズ	にんじん 明日葉 小松菜 しそ菜 万能ねぎ ブロッコリー	玉ねぎ 椎茸 キャベツ 大根 ごぼう ねぎ	米 こんにやく 大麦 パン粉 片栗粉 里芋	油 ごま マヨネーズ	813 39.6
20	金	たこめし 鶏肉の香り焼き 冬瓜の銀あんがけ 夏野菜の味噌汁 梅ゼリー 3年生 修学旅行 夏至献立	○	たこ 鶏肉	牛乳 寒天	にんじん しそ菜 万能ねぎ 青ピーマン さやいんげん 赤ピーマン かぼちゃ	玉ねぎ 梅ジュース もやし 玉ねぎ 冬瓜 なす	米 大麦 上白糖 片栗粉 はちみつ	油	795 37.5
23	月	豆腐肉井 豆腐の中華サラダ 大根と鶏肉の中華スープ	○	豚肉 豆腐 鶏肉	牛乳 わかめ	にんじん 青ピーマン 赤ピーマン 小松菜 大根菜	玉ねぎ 椎茸 ねぎ もやし キャベツ 大根	米 大麦 片栗粉 春雨	油 ごま	769 34.0
24	火	きつねうどん お好み焼き風卵焼き ミックスジュース風ゼリー 大阪府料理	○	油揚げ 鯉節 鶏肉 豆腐 豚肉 卵	牛乳 わかめ 青のり アガー	にんじん 万能ねぎ	ねぎ みかん 玉ねぎ バインアップル 椎茸 桃 キャベツ りんごジュース 生姜	うどん 上白糖	油	796 38.1
25	水	青菜ご飯 魚のカレー風味焼き キャベツの甘酢和え 具だくさん清汁 ほうれん草蒸しパン 5年生 通学見学	○	さば 鶏肉 いか	牛乳 クリーム	にんじん ブロッコリー ほうれん草	キャベツ 椎茸 大根 ごぼう 白菜 ねぎ	米 大麦 上白糖 三温糖 小麦粉	油 ごま	832 34.8
26	木	ご飯 豚肉と野菜のブルコギ♪ 青菜ともやしの華風和え 海藻のスープ	○	豚肉 鶏肉	牛乳 海藻 わかめ	にんじん ほうれん草 赤ピーマン にら 大根菜	玉ねぎ しめじ 椎茸 もやし 大根	米 大麦 上白糖 しらたき	油 ごま	825 33.8
27	金	ご飯/手作りのり佃 鶏の塩麴焼き 切干大根のごま酢和え 飛鳥汁 佃煮の日	○	鶏肉 油揚げ	牛乳 のり 昆布	にんじん 青ピーマン	もやし ねぎ 玉ねぎ 椎茸 切干大根 きゅうり 大根	米 大麦 上白糖	油 ごま	764 33.1
28	土	雑穀ご飯のかき揚げ丼 野菜の浅漬け オクラと大根の清汁 水無月 学校の公開 夏越の払い 献立	○	竹輪 いか 油揚げ 蒲鉾	牛乳	にんじん 三つ葉 オクラ	玉ねぎ 大根 枝豆 椎茸 白菜 ねぎ キャベツ みょうが	米 ぐず粉 赤米 白玉粉 大麦 上白糖 あわ 甘納豆 きび	油	788 27.6

♪「らんちポスト」に届いたメニューです。 ※食材等の都合により、献立の内容を変更する場合があります。

※都合により変更になる場合があります。

令和7年度 6月予定

日	曜	全校行事	中 学 び	中学部	高等部
1	日	◆第1回英検一次試験			
2	月	■安全指導日	数学	★学部集会	★学部集会
3	火	尿検査予備日	数学		
4	水	■体育祭予行	数学	サポートスタディ⑤	
5	木	■体育祭予行予備 カウンセリングデー14:45～	数学		
6	金	■体育祭前日準備	数学		
7	土	■体育祭 給食なし (雨天時休業日)	数学		
8	日	■体育祭予備① 給食なし (雨天時授業 月曜時程)			
9	月	振替休業日			
10	火	■体育祭予備② 給食あり	英語		色覚検査(4A希望者) 昼休み
11	水	教育実習開始 ★臨時合同集会	英語	サポートスタディ⑥	色覚検査(4B希望者) 昼休み
12	木	☆体育授業振替週間①始	英語		色覚検査(4C希望者) 昼休み
13	金	第1回漢字検定	英語	職場体験あいさつ1・2年 色覚検査(1年生希望者)昼休み	
14	土				
15	日				
16	月	避難訓練	理科		
17	火		理科		大学授業体験(5年)
18	水		理科	■中3修学旅行① サポートスタディ⑦	
19	木	こころの健康相談14:00	理科	■中3修学旅行② 職場体験2年	
20	金		理科	■中3修学旅行③ 職場体験1・2年	
21	土				
22	日				
23	月		社会		
24	火		社会		
25	水	☆体育授業振替週間①終	社会	サポートスタディ⑧	進路見学(5年)
26	木	カウンセリングデー14:45～	社会		
27	金		社会		高関東聾陸上1日目(水戸)
28	土	■第1回学校公開 【月曜日時間割】	社会	■道徳授業地区公開講座	高関東聾陸上2日目(水戸)
29	日				
30	月	振替休業日			