



教育目標

- 1 自ら学び、考え、実践できる人になろう（賢く）
- 2 思いやりのある、心豊かな人になろう（優しく）
- 3 心身ともに、たくましい人になろう（逞しく）

困難は分割せよ

校長 竹之内 勝

7月5日のオンライン全校朝礼における校長講話と意見交流から

はじめに、昨今の災害に際し、被災された皆様に、心からの哀悼とお見舞いを申し上げますとともに、一日も早い平穏な日常が戻ることをお祈り申し上げます。皆さんの中にも、ご親族やご友人など、被災された方がいらっしゃるかもしれません。不安・心配等の際は、スクールカウンセラーをはじめとする専門家等が本校にはいますので、遠慮なく相談してください。

改めまして、おはようございます。令和3年も折り返しが過ぎ、7月になりました。夏休みまでの登校機会はあと12回、そして、明後日の7月7日は七夕です。願いを書いた短冊を、笹の葉に飾った記憶のある人も多いことでしょう。7日の前日である、明日の夕方から七夕竹を立てるのがよいようです。この風習は、中国から渡ったもので、天の川を隔てた恋の伝説は、江戸時代に庶民に広まったと言われています。七夕でいただく食べ物「そうめん」です。そうめんを天の川に見たてているそうです。明後日の給食でいただくことができます。楽しみに登校しましょう。

さて、今日は「文武両道」の話です。学習と運動・芸術の両面に優秀であることを意味します。年度初めの目標に、この言葉を入れている人もいることでしょう。学習と運動・芸術を両立しようという目標です。3年生の進路学習における面接練習などでも、「高校では、文武両道を目指します。」という言葉がよく使われます。「文武両道」を目標にしたり、目指したりするということは、「『文武両道』は困難である。」ということなのでしょうか。

3年生の国語の教科書に、井上ひさしさんの「握手」という小説が載っています。その中に「困難は分割せよ」というセリフが出てきます。私は、この「分割」がキーワードだと思います。「両道」や「両立」といっても、一度にたくさんのことはできません。ポイントは「分割」です。「1日にこれだけの学習をする。」と範囲を決めたら、必ず、それを行います。はじめは少ない範囲で構いません。決めた範囲を少しずつ、一つ一つやり続けるので

す。「部活動等の時間」、「趣味等の時間」、そして「学習の時間」といったように、分割した時間で決めた範囲を学習します。

運動機会の少ない人は、ぜひ「運動」も、分割して取り入れましょう。体力と学力は、相関関係にあるというデータがあります。「分割」が上手な体力のある人は、学力もあるということです。

今日は、「文武両道」を「分割」というキーワードで話しました。学習や運動、趣味の時間などを「分割」して両立させ、自己実現に向けて努力を続けていきましょう。特に、教科書を読んでくるだけで構いませんので、予習をして授業に臨みましょう。予習、すなわち準備こそ、「FOR 2050」、2050年に向けた自己実現につながっていきます。

「FOR2050(2050年に向けて)～東京一さわやかなあいさつのできる学校～」のもと、これからも笑顔で毎日を送っていきましょう。

【意見交流テーマ】

○ 頑張る気持ちの作り方

毎日、南中生一人ひとりから、授業、係・当番・委員会・部活動などに頑張っている姿をたくさん見せてもらっています。先週の修学旅行でも、「頑張る姿」が、南中の素晴らしい伝統の一つであると実感しました。班行動を中心に、3年生一人ひとりの頑張る姿は、とてもかっこよかったです。

南中生一人ひとりに、「一つ一つの取組に、一生懸命頑張ることができる」というよいところがあります。これまでの経験を紹介するなどし、仲間に伝えるように、交換ノートに書いてください。意見交流後、更により考えをもって、校長室に来てくれることを心待ちしています。

修学旅行を終えて

6/30(水)~7/2(金)の二泊三日、修学旅行(京都・奈良)に行きました。

今年は、コロナ禍ということもあり、感染予防のため、公共交通機関を使わず、貸し切りバス、徒歩、タクシーで探究しました。

初日、南中野中学校に6時30分集合。朝早い時間にも関わらず、全員が時間を守って集合できました。そこから、貸し切りバスで東京駅へ向かいました。道中は、はやる気持ちを抑えて黙ってテキパキと行動しました。

京都駅に到着後、貸し切りバスに乗って、法隆寺、東大寺、奈良公園、興福寺を探究しました。初めて目にする文化遺産の数々に、心奪われ圧倒されました。昔の人たちの英知と努力の結集で作られた建造物、インターネットで見る映像と違って、本物が放つ迫力に感動しました。もちろん、鹿と戯れ写真を撮る無邪気な生徒の姿がほほえましかったです。

一日目の夜は、宿舎で舞妓鑑賞でした。なんと、南中野中の卒業生である舞妓さん、後輩の前で優美な舞いを披露してくれました。なんともいえない一体感に心躍りました。

二日目は、宿舎から徒歩で行ける範囲の班行動でした。ちなみに宿舎は、祇園にある知恩院の山門前の旅館です。昼食は、宿舎に戻り、休憩をはさんで午後も徒歩で探究です。班の中には、南は伏見稲荷大社、西は二条城、北は南禅寺まで探究していました。そして多くの班が、清水寺周辺を探究しました。この日の天候は曇りでしたが、京都ならではの蒸し暑さを体験しました。しかし、一人も弱音を吐かず、リタイアすることなく、全員が予定どおり実行し、やり抜きました。班員

同士が、お互い声を掛け合い、励まし、休みながら協力し、仲を更に深めていました。もちろん教員も生徒と同じように、徒歩で京都を巡り、生徒を見守り、記録写真撮影に励みました。

さて、今回幾通りもの計画を立て、変更し、そして実施しましたが、生徒たちも計画の大切さを実感しました。中でも、徒歩で京都をめぐる際、地図上では近くても実際に歩いて感じた距離の長さ、マスクをしたままの歩きは想像以上に大変だったと思います。しかし、相手に気を配るやさしさや友の頑張りに励まされ、成し遂げることができました。夜は、高台寺で能鑑賞を行いました。本来、日暮れに寺院に入ることができない上、決して入ることが許されない神聖な場所である舞台の近くに座らせていただきました。そして、神秘的で荘厳な舞を目の前で見られた体験は、一生の宝となりました。ぜひ、古くから伝わる

日本の心を受継いでいってほしいです。

最後の三日目は、タクシー行動です。遠くは嵐山のトロッコに乗った班もありました。観光客がかなり少なく、私たちの独占状態で京都を満喫できたこと、天候に恵まれたこと、本当に良き思い出でした。そして、行く前の不安が少しずつ解消されながら、無事に帰ってこられたこと、多くの方々のご尽力のおかげです。皆で感謝の心を忘れずに、これからの学校生活で生かしていきたいと思います。



歯科講話の報告

1年生を対象に、歯科講話を7月2日(金)に実施しました。南部すこやか福祉センターの工藤歯科衛生士、中迫歯科衛生士に「口の健康」についてご講話いただきました。生徒からは、さまざまな質問が出ましたが、その中でもどのクラスからも出た質問について説明していただいたものを掲載します。



【Q:起床直後に歯磨きは、した方がいいのでしょうか】

A:寝ている間は、唾液の量が減るので、朝起きると口の中には、いろいろな種類の菌がたくさんいます。起床後に磨くのはとてもいいことですが、朝は、忙しいと思うので、ブクブクとうがいをして、口の中を清潔にするのもいいです。

【Q:歯磨き粉はつけなくてもいいのですか】

A:つけてもつけなくてもどちらでもいいです。歯磨き粉には、フッ素が入っているので、むし歯の予防にはなりますが、何回もブクブクとうがいをする、そのフッ素も流れ出てしまうので、口をすすぐときは、キャップ1杯の水ですすぐのがお勧めです。それよりも、1本1本を丁寧に磨くようにしましょう。

【Q:どのくらいの時間、磨いたらいいですか】

A:できれば10分くらいがいいです。朝は、忙しいので簡単になってしまいがちなので、特に夜の歯磨きは、丁寧にしてください。

【Q:どのくらいの力で磨いたらいいのですか】

A:やさしく磨いてください。ゴシゴシ磨くと歯が傷ついてそこに色素や菌が入り込んでしまいます。やさしい力で磨くためには、鉛筆持ちで磨きましょう。



【Q:どのくらいの時間歯を磨かないとむし歯になりますか】

A: 24時間くらいと言われています。

最後にまとめとして、歯の健康を保つためには、ダラダラと食べ物を口にしたり、甘い飲み物を飲んだりすることはよくないと説明されました。また、歯磨きだけでなく、規則正しい生活をして、バランスの摂れた食事を心がけてくださいとのことでした。さらに、歯垢がついていたり、歯肉に炎症があると言われた人は、丁寧な歯磨きを心がけること。むし歯がある人は、早めに治療をしましょう。とのことでした。

セーフティ教室

7月10日(土)にセーフティ教室を行いました。スマートフォンやタブレットなどの正しい利用方法や、インターネットを利用したSNSの怖さなど、知っておくべき大切なことを教えていただきました。また、インターネット依存や違法ダウンロードなど、自分自身が自覚していないところで、知らず知らずに抜け出せないものになっていくことが分かりました。



今回の講演を生かし、スマートフォンの家庭でのルール

を家族で話し合ってください。少しでも安全で安心できる便利なツールとして、生徒一人ひとりがルールを守って利用できればいいと思います。また、学校から配布されているiPadも、より効率的な学習のために利用できるようにしていけることが大切です。セーフティー教室にご参加いただきました保護者の皆様、ありがとうございました。



部活動の記録

男子バスケットボール部

中野区総合体育大会 優秀選手賞

パソコン部

1年生のパワーポイントによる発表

吹奏楽部

アンサンブル発表会

フェイスシールドや間隔をとった練習で感染対策を講じながら曲を仕上げました。

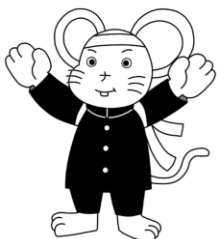


いつも応援・支援

ありがとうございます！！

SOSの出し方教室（1学年道徳）

「自分を大切にしよう～ストレスへの対処～」という題材で1学年全体で授業を行いました。自分がつらい気持ちになったときや、友達がつらそうにしている時、それを軽くするためにどのようなことができるか、考えを深めました。



9月の行事予定

日	曜	内 容			
1	水	全校集会 集団下校訓練	専	自	ス
2	木	専門委員会		自	
3	金	教育相談始	心		
4	土				
5	日				
6	月		心	自	
7	火	安全指導	SC	自	
8	水		専	自	ス
9	木	教育相談終		自	
10	金		心		
11	土				
12	日				
13	月	生徒会朝礼	心	自	
14	火	前期期末考査（全）	SC	自	
15	水	前期期末考査（全）		自	
16	木	前期期末考査（全）		自	
17	金		心		
18	土				
19	日				
20	月	敬老の日			
21	火	オープンキャンパス②	SC	自	
22	水	職員会議	専	自	ス
23	木	秋分の日			
24	金	生徒会役員選挙	心		
25	土	土曜授業 義肢装具士講演会 英語スピーキングテスト（3）			
26	日				
27	月	学年朝礼（3）	心	自	
28	火	学年朝礼（2）生活習慣病検診	SC	自	
29	水	学年朝礼（1）水泳指導終		自	ス
30	木	中野区連合陸上		自	

SC：スクールカウンセラー勤務日

心：心の教室相談員勤務日

専：専門教育相談員勤務日

自：放課後自習教室（さざんゼミ）

ス：放課後スポーツ教室（SUNFLOWER STADIUM「サンスター」）