

残心

校長 矢野 尊久

いよいよ夏休が始まります。長期の休みを迎えて、「終わった！」と一気に気を抜いてしまうことがよくあります。しかし、できれば今学期を振り返りながら集中力や気配りを切らさずに夏休みを迎えてほしいと願っています。

日本の武道や稽古事にはひとつのことが終わったときの心構えとして「残心」という言葉があります。聞き慣れない言葉ですが、「ざんしん」と読み、心を残すという意味です。どんな心を残すかという、武道、剣道とか弓矢、それから、お茶、お花を生ける華道などでは大切にしている姿勢のことで、一つの動作を終えたあとでも心が途切れない、つまり、なにか動きをした後でも心や気持ちがそのまま続くようにすることを言います。例えば剣道でいうと、相手に「おめーん」と打ち込んで一本取って勝ちになっても、しばらくは緊張を解かずにその構えをしていることです。また茶道では、お客様をもてなした後、お客様が帰っても大きな声で話をしたり、急いで片付けてしまったりするのではなく、帰って行くお客様を見送り、その後に静かに今日のお客様のことを思い出すことです。

ひとつのことをやり終えた後、すぐに気持ちを断ち切って終わらせず、一生懸命取り組んでいた時の気持ちをしばらく残すのです。そうすることでやり遂げたことや結果がより一層強いものになり、もっと良い結果につながるのです。

1学期は7月20日をもって終わりますが、40日間の夏休みに入る前に1学期間を頑張ってきた気持ちを思い出してしばらく振り返って欲しいと思います。本当に勉強に頑張れたのか、友達に優しくできたのか、途中で投げ出さずに最後まで頑張ることができたのか、「心」を「残」して静かに振り返る時間をもっていただければと思います。



◇読書をしよう◇

今年、明保中学校では最低一人、「年間12冊以上の本を読もう」という目標を立てています。実は昨年は一人年間10冊の目標を立てましたが、目標に達した人は全体の45パーセントでした。この結果にも関わらず昨年より高い目標を立てたのには訳があります。

全国図書館協議会によると中学生の平均読書冊数は約4冊だそうです。これは雑誌なども含めて数字ですが、冊数だけで考えると明保中学校の生徒は、まだまだ読書することが必要だと考えられます。評論家の立花隆氏は、読書は自分の中のものをどれだけ引き出せるかということが大切で、「知識を得る」だけではなく「意」「情」を育む大切な活動であると言っています。読書は自分の過去の経験から描かれている内容を読み取り、想像的な能力をフルに活用することでどんどんとおもしろい世界に入っていくことができます。

生徒の皆さんには、夏休みに入って時間に余裕が生まれるこの機会にできるだけたくさんの本を読んで自分自身の「知・情・意」を豊かにしてほしいと願っています。



◇避難所設営訓練をおこないます！◇

実際に災害が起こり、明保中学校が避難場所として開設された場合の訓練を行います。

◇日時 7月22日（金曜日）午後4時から5時 雨天実施

◇場所 明保中学校 体育館

◇集合場所 明保中学校西門（文理台公園側）

◇内容 体育館での避難所受付訓練と設営、井戸の使用方法確認、蓄庫見学、簡易トイレの設営

※事前申し込みの必要はありません。保護者同伴でお子様の参加も可能です。ぜひご参加ください。

◇学校運営連絡協議会開催◇

日時 平成28年7月14日(木)

今年度第一回の協議会が開催されました。4校時の授業を見学し、その後給食の試食を行いました。また、会の中では、校長より今年度の重点目標や評価項目が説明され、委員からは活発な意見が出されました。特に今年度の人権尊重教育についての話題や育成方法について意見が交わされ、教育相談活動や「目指す生徒像」に近づくための方策などについて質問が出ました。次回は2学期中頃の開催予定です。

◇SNS明保中ルール◇

インターネットや携帯電話の普及に伴い、生徒がいじめ等のトラブルや犯罪に巻き込まれないようにするとともに、学習への悪影響をふせぐために明保中学校では生徒会を中心に次のルールをつくりました。

- ① 相手の気持ちを考えて発信しよう。
- ② SNSに個人情報を書かない。
- ③ 夜10時以降は控えよう。
- ④ テスト前は使わない日を設定しよう。

◇西東京市出身等のリオ五輪出場選手の応援しよう！◇

8月5日より行われるリオデジャネイロオリンピック競技大会に、西東京市民や市にゆかりのある方が下記のとおり出場します。応援をよろしくお願いたします。

競技	氏名	西東京市との関係	テレビ放映(予定)
体 操	みやかわ さえ 宮川 紗江	保谷第一小学校卒 青嵐中学校卒	NHKBS1 女子予選(録画) 8/8(月)15:00~
			予選の結果により 次の競技が行われる。 NHK総合 女子団体決勝(録画) 8/10(水)8:15~ NHKBS1 女子個人総合決勝 8/12(金)4:00~ NHK総合 女子種目別決勝 跳馬・段違い平行棒 8/15(月)2:00~ NHKBS1 平均台 8/16(火)2:00~ ゆか(録画) 8/17(水)15:00~
トランポリン	むねとも ぎんが 棟 朝 銀河	谷戸第二小学校卒	NHKBS1 8/14(日)2:00~
トライアスロン	さとう ゆか 佐藤 優香	チームケンズ(向台町/A&Aスポーツクラブ内)	NHK総合 8/20(土)23:00~

◇部活動夏季大会の報告◇

☆サッカー部……決勝トーナメント ベスト16

☆女子バレー部……11ブロック大会 予選リーグ惜しくも惜敗

☆バドミントン部(男子)……ブロック個人戦シングルス5位 都大会出場

(女子)……ブロック団体5位 都大会出場

☆剣道部……女子団体都大会出場 女子都大会個人戦 男子団体ブロック大会2回戦進出

☆女子テニス部……ブロック団体優勝 都大会出場

ブロック個人戦準優勝

第3位 3ペア都大会出場

☆男子テニス部……ブロック団体5位 都大会出場 ブロック個人 4回戦出場

☆女子バスケットボール部……11ブロック2回戦進出

☆卓球部……団体戦11ブロック夏季大会参加 個人戦3回戦進出

☆野球部……11ブロックベスト8 多摩大会本戦出場

☆音楽部……NHK全国合唱コンクール予選出場 7月28日(木)