



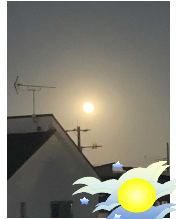
三中HP
アクセス
QRコード

それゆけ三中

令和4年10月1日
足利市立第三中学校
生徒数：212名
発行者：高木秀和

教育目標：より確かに・より豊かに・より逞しく

地区新人大会が終わり、台風一過の週明け、窓から吹き込む風はひんやりと心地よく頬を掠めます。光を込めた瑠璃の青から水色の柔らかな青に空も彩を抑え、日没後どこからともなく響く虫の音が、月の光に青く照らされた歩道に打ち寄せては引いていく落ち着いた季節になりました。昼休みの校庭は、体育祭の長縄や百足、リレーの練習に興ずる生徒と担任や学年主任の先生で賑やかです。その向こうでは、技能員の■■先生が、体育祭に向け、草薙など校庭整備を着々と進めています。校庭は広大ですから、近隣の小中学校の技能員さんもお手伝いに来てくれました。気持ちよく安全に活動ができるようにと生徒の活動を影で支えてくださる皆さんに感謝しています。



地区新人大会激励会9/14(水)・地区新人大会9/16(金)~18(日)

各運動部では先輩の志を受け継ぎ、総体後から1、2年生で日々の練習に励み、一つの節目となる3年ぶりの地区新人大会に挑みました。また、大会に先立ち、生徒会本部役員さんが生徒集会での激励会を企画しました。二つの様子を、合わせてお伝えします。

2年各運動部新部長



ソフトテニス部

新部長 ■■

みんなをまとめられるように、練習中の声出しをがんばりたい！

サーブではひるまず勝負をかけ前後衛の息も合っていました。



バスケットボール部

新部長 ■■

チームをまとめ、大会でいつもどおりのプレーができるようにする！

足を止めず走り続け一寸の隙をつき果敢にリングを狙いました。



女子卓球部

新部長 ■■

良い雰囲気を保ちながら、部全員のレベルを高めていきたい！

サーブの変化球ラリーからの速攻スマッシュは強力でした。



男子卓球部

新部長 ■■

雰囲気のよい部をつくりたい、先輩後輩関係なく部活に取り組む！

一打一打を丁寧に、勝負所でのスマッシュが冴えていました。



女子バドミントン部

新部長 ■■

全員を一つにまとめ目標に向かって楽しくメリハリをつけ良い部に！

攻守ともに粘りと気合いを見せ、個人団体で県大会に出場です。

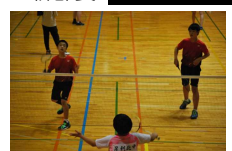


男子バドミントン部

新部長 ■■

あいさつや返事、練習の一つ一つの細かい所まで大切に目標達成！

破竹の勢いで団体優勝、冷静にゲームを進め流れを制しました。



バレー部

新部長 ■■

広い視野をもって練習に取り組み、まずは県大会で一勝を達成する！

初戦が県大会、11/11金に向け練習に気合いが入ります。



水泳部

新部長 ■■

後輩に手本となるような行動をとる！全員がベストタイムを出せるよう頑張りたい！

悪天候で水温も低い中、レースに集中し自己ベストを狙っての力泳でした。



また、体操、野球、サッカー、バスケット、硬式テニス、チアダンス、空手、和太鼓、クラシックバレエ、ヒップホップダンスなど様々な活動に取り組んでいる皆さんも、大会や、コンテストに向け日々の練習に励んでいることと思います。チーム三中として、エールを贈ります。自分らしいパフォーマンスができることを祈ります、頑張ってください。

芸術の秋 ~吹奏楽部・美術部~

吹奏楽部

10/1土には助戸公民館でコンサート、10/6木は学校音楽祭と2つの演奏会を目前に練習に熱が入っています。



美術部

2階の空中通路を様々なアート作品で飾ってくれました。足を止め一つ一つの作品を見るのが楽しみです。



足尾地区少年の主張大会 9月8日(木)中止について

3年生の■■くんが出場予定でしたが、少年の主張大会は中止となり、書類審査に変わりました。大会にむけ、原稿の書き直しや練習を続け頑張ってきた、■■くんにチーム三中としてエールを贈ります。

体育祭【10月5日(水)】に向けて！ 学級旗完成！



1-1玉手碧笑 1-2百花繚乱 1-3鳳凰炎星 2-1天龍昇水 2-2百獣乃黄 3-1全緑疾走 3-2赤壁熊熊
 おうてへきしよう ひゃっかりようらん ほうおうえんせい てんりゅうしょうすい ひやくじゅうのおう ぜんりょくしっそう せきへきゆうひ



昇降口を入ると、学級旗がどーんと視界にとびこんできます。先生が、一つ一つ間隔を見ながら丁寧に取り付けていました。クラスカラーをモチーフに、クラスの思い、意気込みを表したキャラクターやロゴが生き生きと表現されています。また、昼休みには、校庭で長縄やリレーの練習が盛んに行われています。かけ声や、回し方、いかに回数を増やすか試行錯誤しながら挑戦する姿に、クラスの一致団結していく過程が見とれます。体育祭に向け、着々とチーム三中が動き出しています。

フラワー・アート、創作料理

特別支援学級では、よいこの作品展（12/6火）に向けての準備が始まりました。花壇で育てた千日紅を加工してのフラワーアートに取り組んでいます。赤紫、薄桃、白の3色の配置で絵や文字を作り出します。また、畑で育てた夏野菜で味噌汁を作りました。育て、収穫し、作り、食すという一連の体験を大切にしています。



9月15日(木)カスリーン台風75回忌追悼式

台風被害を継承し、当時の方々を追悼する式典が毎年行われています。場所は、桜小学校の隣、足利警察署の南側、渡良瀬川北岸のサイクリングロード沿いにあるお地蔵様とシンボルタワー「清流わたらせ21」の前です。今年は、被災から75年にあたります。犠牲者のお名前が一人一人、2人の住職さんによって読み上げられました。被災後に住職さんが、長い年月をかけて調べた321名の方のお名前です。その多くは、子どもや20代以下の若い方々でした。突如押し寄せた濁流に呑まれ、命を奪われたことすら意識する間もなかった方々、その無念の思いを丁寧に弔い、また、今後の災害を意識して備え学び続けることは今を生きる私たちの使命であると改めて感じました。



災禍の記憶を残すために建てられたシンボルタワー：清流わたらせ21にて、

ストレスに負けない生き方【9/7(水)学校集会より】

筑波大学で人間の精神面などを研究されている松崎一葉(まつぎさいちよう)教授は、かつて医療社会学者のアーロン・アントノフスキーという研究者が提唱したSOC(Sence of coherence センス・オブ・コーヒレンス)；首尾一貫感覚、わかりやすく言うと、「充実した感覚」が「ストレス」を抑える効果があることをある本で語っています。第二次世界大戦中にドイツで強制収容所に送られ過酷な状況から生還した人達の健康調査を継続的行ったところ、一部の人はとても長生きをしたことが分かりました。そして、その人達は共通して次の3つの特性を持っていたと報告されています。3つの特性とは、「有意味感」、「把握可能感」、「処理可能感」です。わかりやすく言うと、「やるぞ感」、「わかる感」、「できる感」です。この「やるぞ」、「わかる」、「できる」にストレスを抑える効果があるそうです。

まず、「やるぞ感」、これは、辛いこと、面白くないことに対しても意味を見出せる感覚です。学校生活にたとえると、苦手な教科の勉強や、自分が望まない宿題など、自分の望まないことに対して、「将来何かの役に立つかもしれない」と思ったり、部活動での走り込みや、基礎練習などの地道、かつ苦しい場面でも「この積み重ねで自分は上達する」と思ったりして前向きに取り組むことです。すなわち、役立つだろうから、「やるぞ」となる感覚です。

次に、「わかる感」、これは、「今週はとても忙しいけど、来週はもう少しゆっくりできる」とか、「今日の練習はきついけど、あと30分頑張れば終わる、その後は家に帰ってごろんとしよう」など、先のことを見通して考えられる力です。勉強たとえるなら、テスト前や受験に追われる毎日でも、「なんでこんな忙しいんだ」と思うのではなく「今週は毎日勉強ばかりだけど、来週は好きなことをやってゆっくりしよう」とか、「3月の入試まではとことん頑張って、終わったら好きなだけ漫画を読もう」など、今の苦勞を乗り越えた先にある、ほっとできる場面をイメージして、先を見ることで心を落ち着かせる力です。すなわち、苦勞の先が「わかる」感覚です。

そして、「できる感」、これは、最初はこんなことは絶対にできないと思っていたけど、「そういえばあの時もできないと思ったけど、意外とできたよな。今回もできるんじゃないかな。」と思えることです。初めてのことで、過去の経験から、このくらいまではできるはず、でもその先はわからない、それでも、「あの時の経験を応用すればできるな」とか、「あの人に手伝ってもらえそうだな」と予測し把握できる感覚です。すなわち、まずは、自分には「できる」と思える感覚です。

勉強にのみたとえてまとめます。一つ、つまらなくても、大変でも、なかなか覚えられなくても、「勉強したことは、必ず自分のためになっている」と思って「やるぞ」となる感覚。一つ、「今日は11時まで3時間勉強、終わったら、30分は好きなアニメを見よう」、とつらい先の休憩場所を「わかる」感覚、一つ、「こんな宿題できつくないよ、いや、でも、前もそう思ったけど、ああして、こうして、たしか〇〇さんにも力をかけて何とか終わったな」と、気持ちの上でまず「できる」となる感覚。この、「やるぞ感」、「わかる感」、「できる感」、全員が話を聞いただけで、「はいそうですか」と身につくものではないかも知れませんが、辛いときに、ふと思いついて、少しでも、その辛さを和らげられたなら幸いです。行事ももりだくさんの2学期、自分の考え方で、気持ちを穏やかにできるといいですね。でも、自分でもどうにもできないときは、迷わず、友人でも先生でも親御さんでも、だれかを頼って支えてもらってください。

うず目去り 白線のびる 薄い空 てろてろ染まる 庭に影なし

