



# 殻を破り次の世界へ

校長室便り

R5年度 No.7

6月20日発行



## 総合体育大会（北部Bブロック大会）、ご苦労様でした！

6月10日から始まった総合体育大会も熱戦の中で幕を閉じました。総体前日に行われた「壮行会」で、「部活動が充実したものとして、良い思い出になるには、どんなに点差が開いていても、最後まであきらめず、怒らず、くじけず、全力を出し切ることが大切です。自分で最後までやりきったと思えることが大事です。」という話をしました。私は、すべての競技の応援にかけつけることはできませんでしたが、いくつかの試合を観戦しました。どの試合も、たとえ点差があいても、プレーでミスが出て、懸命に声をかけあい、最後の最後まで全力で取り組み、試合が終わった時に生徒たちがすがすがしい表情をしていたことが印象的でした。試合に出なかった生徒も応援やサポートをしっかりと行い、チームとして全力で取り組むことができました。部員全員が、まさに、「やりきった」という表情をしていました。

残念ながら、県大会に進めなかった競技もありますが、予選を突破して県大会に出場を決めた競技もあります。ブロック代表になった競技や県大会に出場する競技・部活については、7月中旬から始まる大会でも最高のパフォーマンスを見せてください。学校をあげて、全力で応援をしたいと思います。

### 【県大会出場競技・部活】

- 卓球個人（稲井くん・中川くん・村橋さん）
- 剣道団体、剣道個人（武田くん・浅野さん）
- 女子バレーボール部
- 陸上部
- 新体操個人（西浦さん）
- 音楽部



**【部活動を終えてどうするか？】** 部活動に懸命に打ち込んできた3年生にとって、部活動終了後、どう過ごすかは、結構、大変な問題です。気持ちの切り替えができて、次の目標に向かって、新たに取り組める人は、それでいいと思います。しかし、次の目標に向かって取り組まなければならないのに、そうできずに、気持ちばかり焦る人は、低いハードルの目標をたくさん越えていくようにしましょう。目標が高すぎたり、最初から頑張りすぎたりすると、長続きしないことがよくあります。毎日、少しずつ自分のペースで取り組んでいくことが大切です。朝早く起きて、夜更かしをしない、SNS等にのめり込まない、軽い運動を取り入れるなど、規則正しい生活を心がけましょう。何より、困ったときには先生方に早めに相談をしていきましょう。