



赤穂東中学校
学校だより

校訓
運明奉協自
法朗仕同主

若木

第4号
2020年8月
編集 校長 勝谷英策

学校教育目標

「高い志を持ち、学ぶ意欲と思いやりの心の充ちる生徒の育成」
～『志』高く、行動力と、やさしさのあふれる学校をめざして～

もうすぐ1学期が終わります

お盆の期間に9日間の夏休みがありましたが、今年も8月も通常どおり授業がありました。

昨年までの学校生活と比べると大きく変わっています。でも、今年6月からの学校生活のリズムは、会社やお店で働いている多くの方々の生活リズムとほとんど変わらないものだと思います。夏休みも例年よりずいぶん短いですが、これも、大きな会社に勤めている社員並の休みと同じ程度だともいえます。

5月の沖縄修学旅行中止につづき、8月末に北九州方面への修学旅行も中止となりました。今後の予定も流動的な状況の中で、3年生のみなさんが、今できることに精一杯取り組んでいる姿を見ることができます。私はその姿に感銘し、皆さんが日々、成長していることに驚かされます。とても嬉しく、そして心強く感じます。

人は環境によっていろいろな影響を受けるものですが、ある教授の研究によると、環境や出来事が人の幸福に影響を与えるのは10%程度で、自分の行動や習慣による影響が40%もあるといえます。

以前、習慣についてお話をしましたが、自分の夢や目標に向かって、少しずつでも行動している人は、休みが短いとか暑いなど環境に左右されることも無く、毎日なりたい自分に向かって近づいているはずですよ。

今からでも遅くはありません。幸せな未来を手にするために、何をすべきか考え、今すぐ一歩目を踏み出しましょう。

9月の行事予定

- 1日(火) 始業式・身体測定(2年)
- 2日(水) 身体測定(3年1組)
- 3日(木) 身体測定(3年2組)
- 4日(金) 身体測定(3年3組)
- 7日(月) 教育実習(～25日)
身体測定・心電図(1年)
- 8日(火) 検尿
- 12日(土) 1年集団づくり校外学習
- 14日(月) 1年生振替休日
- 25日(金) 3年習熟度テスト
- 26日(土) } 市新人大会
- 27日(日) }

「ふり返し」の効果

「できた・できなかった」、「うまくいった」など、毎日、何気なく自分がやったことについて、「ふり返し」をしています。

学校でも、行事や長期休業があるたびに「ふり返し」の時間をつくります。

質問です。

「ふり返し」は何のためにするのでしょうか？

(裏面につづく)

私は、ふり返るのは、望む未来に向かって**新たな**
一步を踏み出すためにするものだと思っています。

毎日ふり返りをしている人は気付いているかもしれませんが、「ふり返り」にはトラップ（罠）があるのです。

それは、「ふり返り」がだんだん嫌になってくる
ことがあるということです。

原因はふり返りをしたときに、やったことを失敗か成功か、○か×か、ジャッジ（判定）してしまうことにあります。

今のままで良いのか、これからの行動を変え
るとすればどう変えれば良いかを考え、次の一步を
早く踏み出すことが目的なのに、振り返ることが
嫌になってしまつては本末転倒です。

ですから、「できなかったなあ」と思うことでは
なく、「何ができたか」、「本当はどうしたかったか」
を考えて、自分の気持ちと向きあう時間に見ま
しょう。

一日、たった3分やってみることで、1年後は
まったく変わってくると思います。

赤穂市総合体育大会(代替大会)結果

種 目	成績	対戦成績・個人成績
軟式野球	1 位	1回戦 6 - 2 赤穂・有年 決勝 10 - 0 赤穂西
バレーボール	3 位	1回戦 0 - 2 赤穂西・坂越 2回戦 0 - 2 赤穂
卓球(女)	3 位	3位 鷺見 萌乃
ソフトテニス(男)	2 位	2位 岡 享太郎・白井 善 3位 原田晴斗・村田 煌
ソフトテニス(女)	2 位	3位 坂越 凜・水漏恋海 3位 目木みゆう・西畑玲愛
剣道(男)	1 位	[3年]①米谷泰良②時田夏楓③花田駿大④小川矩史 [1・2年]①片山京優②中川翔貴③江見拓真④長谷川煌
剣道(女)	1 位	[3年] ①林野百香 [1・2年]①小川こゆき③白井美優菜
水泳(男)	2 位	100F③井口晃輔 200F②山本隼斗 400F②川添博陽③久田慶二 1500F① 村上蓮太②山本隼斗 100 平①川添博陽 200 平①鶴亀凱童③高谷梗友 100 ハ`タ③久田慶二 100 背③木村優吾 200 背②木村優吾 200 個人メト`レ-① 鶴亀凱童③谷翔太 4×100F リレ-2位(井口・木村・村上・川添) 4×100 メト`レ-リレ-3位(井口・川添・木村・村上)
水泳(女)	1 位	200F①濱川志桜③池原実羽 100 平①土谷咲弥②浅田夢奈 200 平①土谷 咲弥②浅田夢奈 100 ハ`タ①塩田瑠愛 100 背①八家南 200 個人メト`レ-① 霜野七海 4×100F リレ-1位(土谷・塩田・八家・霜野) 4×100 メト`レ- リレ-1位(八家・土谷・塩田・霜野)
陸上(男)		200m②山野陽翔 400m③山野陽翔 2年 100m②二六羽琉 1年 100m②三島光太郎③中新優也 低学年4×100m リレ- 1位(二六・中新・三島・ 山野) 高跳①周世原春玖 170 走幅跳②二六羽琉 472 円盤①川端哲平 16m 砲丸①三島光太郎 7.07m
陸上(女)		200m①中尾遙乃 800m①中尾遙乃②口地琴和 4×100m リレ-2位(森脇・目崎・今宮・中尾) 2年 100m③今宮結菜 1年 100m②松本七虹 1年 800m②四井来夢 低学年4×100m リレ-2位(坂越・松本・小川・有吉) 高跳②森脇遙、有吉千陽 150 走幅跳③竹田夕綺 359 円盤③栗林優 17.96m 砲丸③今宮結菜 8.02m