



第19号
2015年12月16日
この通信は生徒と保護者の皆様に向けて、編集・発行しています。

3年生の先生より

2学期の個人懇談が終了して、少し気が抜けてしまった人が多いのでは？いやいや安心するのはまだ早い。まだ私立の受験校が決まっただけで、試験はこれからですよ。3学期の学年末テスト、私立・公立の入試に向けてやるべきことをしっかりやってほしいと思います。ところで、最近気になっているのは、体調を崩している人が多いこと。授業中にトイレに行ったり、保健室のお世話になったりする人が多い気がします。受験には気力だけでなく、体力も必要になってきます。体調管理もしっかりやってほしいと思います。そこで重要になってくるのが「食事」。朝ご飯食べていますか？身体を目覚めさせ、脳を活性化させるためにも朝食は必ず食べてほしいと思います。パンやご飯などの炭水化物は大切なエネルギー源。温かい汁物などと一緒に食べて、気持ちよく一日をスタートさせたいものです。以上、酒井版「食育通信」でした。 酒井信子

「風が吹かない そんな場所でも 僕たちが走るなら 感じる事ができる 吹くだろう風 なんて待つなよ 無いものを嘆くより 作ればいい 風だって」

僕が中学生の頃によく聴いていた19（ジューク）という男性デュオの歌の一部です。326（ミツル）というイラストレーターが作詞に関わっていた歌が何曲かありますが、歌詞がとてもよく、僕は大好きでした。今思えば、自分がこの歌詞のようにできていなかったからこそ、この歌のような生き方に憧れを抱いていたのかもかもしれません。

みなさんは、自分にとって思わしくない出来事が起こったとき、その原因を何に求めますか？

僕は昔から生意気でわがままで、親からは「お前は何でも人のせいにする」とよく叱られました。自分がやっていたサッカーでチームが勝てないときは「自分のプレーは悪くなかった」「相手チームが強かった」など、自分以外のものに負けの原因を求めてしまうこともしばしばありました。そう思うことで、自分で自分を守ろうとしていたのでしょう。

しかし、チームメイトや相手チームのプレーは自分で変えられるものではありません。そこに固執していても何も改善されず、それどころか、ただただ苛立ちがつのるだけでした。根っからの性格的なものもあるので、大人になってからも冷静さを欠いているときは自分以外のことに物事の原因を求めてしまうことがあります。しかし、今では我に返って物事を深く見つめ直すことで、周りではなく自分に原因があることに気付けるようになってきました。自分に1%でも原因があるならば、素直に反省し、自分自身を改善しようと思えるようになったのです。そう思えるようになってからは、自分にとって思わしくない出来事も、冷静に分析すれば次の成功の糧にできると前向きに捉えられるようになりました。（今でもできないときはありますが…）

「人生はかけ算だ どんなにチャンスがあっても 君がゼロなら意味がない」

みなさんには、「『楽』じゃなく『楽しい』道を」進んでほしいと思います。 杉浦康太

1月の予定

- 6日（水） 口座振替日
- 7日（木） 始業式
- 8日（金） 給食開始
5時間授業
- 11日（月） 成人の日
- 12日（火） 学年末テスト
(技家・保体)
- 13日（水） 学年末テスト
(数・英・国)
- 14日（木） 学年末テスト
(社・理)
私立推薦出願指導
- 19日（火） 進路相談
(～21日)
- 20日（水） 「受験のためのマナーUP講座」
- 21日（木） 私立推薦面接指導
- 22日（木） 市議会議員見学
私立一般出願事前指導
公立推薦希望締切
- 26日（火） 私立一般出願
(3時間授業)
3年給食なし
- 27日（水） 私立一般面接指導
公立推薦願書配布
- 28日（木） 私立・専修学校推薦入試

2月の予定

- 3日（水） 私立一般入試
3時間給食なし
(～5日)
- 8日（月） 3年個人懇談
(～10日)
口座振替日
- 11日（木） 建国記念の日
- 12日（金） 公立推薦出願
- 16日（火） 学年レクリエーション
- 17日（水） 公立推薦入試
奉仕作業
- 18日（木） 4時間給食あり
- 19日（金） 公立推薦合格発表
- 23日（火） 公立一般出願
3年給食なし
- 25日（木） 公立面接指導

3月の予定

- 1日（火） 卒業生を送る会
- 2日（水） 給食最終
- 4日（金） 卒業証書授与式