

# 桜中だより

長崎市立  
桜馬場中学校  
校長 大塚 潤

さあ、来い 中総体！  
本校生徒の活躍にご声援を

## 大運動会で培った「一体感」

### 「行事」を「行事」で終わらせるな

昨年度、桜馬場中での初めての大運動会、体育科でありながら、同じ体育科の先生はもちろんのこと、多くの先生方についていくので精一杯だった。そのため、自分の力不足、ふがいなさを痛感した。その思いを忘れずに

臨んだ今年度の大運動会。自分なりに学校全体を引っ張ったつもりであったが、昨年と同様に自分の課題が残った大運動会であった。それでも今回の大運動会が無事に終了し成功したのは、先生方のサポートと生徒たちの頑張りである。特に生徒の頑張りには大変感動した。閉会式での保健委員長の涙がそれを物語っている。とても苦労したと思うが、生徒代表として各学級の実行委員を引っ張り、リーダーシップを発揮してくれた。また、その期待に応

える団長を中心とした格段の頑張りも忘れてはいけない。生徒の力は本当にすごいと思う。私が今回の大運動会で一番に残っているのは、全学年で取り組んだ「大長縄跳び」である。これまでもいろいろな学校で同じような種目に取り組ませたことはあるが、何が大きく違ったのか。それは「一体感」である。あんなに他学年の学級を応援する姿は今まで見たことがない。跳び回数が増えれば増えるほど声援は大きくなり、更に会場は盛り上がる。ここで忘れてはいけないことは、そうではなくても最後まで応援する姿があったというこ

とである。私はそこに大変感動した。うまくいかない時間帯があり、何度も縄に引っかかる時間帯がある。それでも前向きな声援を大きな声で送り続ける先輩や後輩の姿。今年度から新しく取り入れた競技であったが、「やってよかった」と心から思うた。

協力する姿は素晴らしい！

さて、大運動会を終えてからが大切である。今回の大運動会で生徒一人一人が学んだことを何気ない学校生活や社会生活で発揮させなければならぬ。「行事を行事で終わらせてはいけない」という校長先生からの言葉を胸に、教師と生徒がともに頑張り、この桜中を更に活気あふれる学校へと発展させていきたい。

次は中総体。各部活動の活躍を期待します。  
松田 謙一

◆期日◆  
6月10日 (土) から  
6月12日 (月) まで

### 実行委員長の感想

今回の大運動会では、たくさんのお話を学びました。まずは先頭に立つて全学年を引っ張っていくことの難しさです。今までは経験したことのない大変さでした。指示を出

しながら自分も動く、人を頼って仕事をすることを通して、自分自身が一番成長できたと思います。そして、「三冠」はとれなかったけど、応援で優秀賞を取れたことはすごく嬉しかったです。実行委員長の挨拶のときは泣いてしまったけど、みんなの「楽しかった」という声が聞けてすごく嬉しかったです。最後の大会で、こんなに大仕事をして準備も一生懸命頑張ったあ

### 入賞おめでとう！ NEXT！

- 第3回ダンロップ杯争奪春季団体戦選手権大会 ソフトテニス男子Bの部 第3位
- 長崎市長・議長盾争奪弓道大会女子個人 第3位 野元 幸佳
- 第51回駒場リレーカーニバル 男子走り幅跳び 第3位 町田 拓海 記録 5m71
- 第51回駒場リレーカーニバル男子砲丸投げ 第3位 村野大夢 記録9m71
- 第51回駒場リレーカーニバル女子走り高跳び 第3位 小峰 海 記録 1m30
- 第51回駒場リレーカーニバル女子100m 第3位 達木千明 記録13秒05
- U15バスケットボール春季大会 女子の部 優勝
- 特別国民体育大会強化選手指定書 水球競技 濱田 ひかり



6月1日の給食(ポテトと豆のスープ・焼き肉サラダ)

# いじめを減らす

迫中 愛良

きらめずにやり遂げてよかったです。楽しかったし、全校のみんな、先生方、親地域の方々、感謝の気持ちでいっぱいです。特に3年生にはちゃんと「ありがとう」と言いたいです。最高でした。

6月は食育月間です。子供のうちに健全な食生活を確立することは、生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となります。「食育」を推進するにあたり、「ご家庭での大きな課題として」「こども」があげられますので、紹

介します。

◆「孤食」：家族と一緒に暮らしているにもかかわらず、一人で食事をすること。食事は「コミュニケーション」の観点からも重要。でも、一人なので、「つまらない」「寂しい」という気持ちを抱えることもあり、疲れやすくなったり、イライラしたりすることが多いとされます。

◆「個食」：家族や友人と一緒に食事をしているけど、それぞれが違う食べ物を食べていること。食べている物が違うので、感想を言い合ったり、くつた人の苦勞を気遣ったりする心が育ちにくい可能性があります。

◆「子食」：子食とは、子どもだけで食事をすることを指す言葉。偏食になりやすいほか、食事のマナーが身に付かなかつたり、親子の絆を深めにくい可能性があります。

◆「粉食」：粉食とは、パンや麺類など、小麦粉から作られたものばかり食べること。指す言葉。柔らかい食べ物が多いため、かまずに飲み込む癖が身に付いたり、食べ過ぎたりする可能性があります。

◆「小食」：小食とは、ダイエットのために必要以上に食事量を制限することを指す言葉。小食の子どもは体が丈夫になりにくく、無気力になる傾向があると考えられています。

◆「濃食」：濃食とは、濃い味付けの食べ物ばかり食べること。指す言葉。素材がもっている味や香りを感ずることができないため、味覚が育ちにくくなる可能性があります。

◆「固食」：固食とは、同じ物ばかり食べること。指す言葉。栄養バランスが偏るのはもちろんのこと、わがままで自己中心的な性格になる傾向があると考えられています。

これを解消するためにはやっぱり、「家族と一緒に食事をする日を決める」ことだと思います。毎日三食を一緒に食べることとは難しいことですが、お子さんが、一人きりで食事をしない状況を、少しでも多くつくってほしいです。

家族団らんが、一番のこちそうだし、何よりおいしいスパイスになります。

## 一流目指して生きたい

「一番とは一人のみ達しうる座であり「一流」とはすべての者が至り得る境地である地位は低くとも「一流」の人はいる試合に負けても「一流」のチームはある経済的に豊かでなくても「一流」の国はある学力が一番でなくても「一流」の学校はある何につけ「一番」にはほど遠いしかし、「一流」への可能性が全ての人に残されているならばせめて人間として(桜中生として)桜中職員として)このような心の有り様を持ち続けたい。

## 暦の話題

旧暦の月名で、6月は「水無月」。漢字では「水がない月」のように見えるが、実は「水無月」の「無」は「の」にあたる助詞。つまり「水無月」は、「水の月」という意味。田んぼに水を引く時期であることから、「水の月」が「水な月」になり「水無月」という漢字が当てられるようになったとされる。ちなみに、旧暦の6月は現在の6月末から8月上旬にあたるため、必ずしもこの月名が梅雨と結びつくわけではない。

## 中総体選手心得

### 1 感謝

大会出場は、選手自身のたゆまぬ努力があつてこそ。しかし、その出場の陰には、苦しいときや悲しいときに励ましてくれた仲間や家族、情熱を注ぎ日々指導してくれた指導者、顧問の先生。大会運営のために頑張っていた関係者の方々、各々の心からの応援や努力の支えがあることを決して忘れてはならない。

### 2 マナー

部活動を通して、その競技のルールやマナーを守ることは日常的に行われていること。「最後まで諦めず全力を尽くすこと。勝敗にかかわらず、相手チームおよび個人を讃えること」など、人間としての生き方から、高いマナーを求めている。

### 3 勝負

勝つためだけが目的ではない。でも、大会である以上、試合に勝敗はつきもの。当然ながら、誰もが「勝ちたい。勝って喜びたい。」と願っている。その願いが結集して、レベルの高い大会となっていく。でも、結果は結果でしかない。決して、勝った選手が素晴らしい人間であり、負けた選手がだめな人間ということではない。相手を尊重し合い、自分の持っている力を最大限発揮し、全力で戦ってほしい。