

# 文武二道

「先づ武士は、文武二道と云ふ二つの道を嗜むこと、最も肝要なり」 宮本武蔵:五輪書・地之巻より

## 3学期スタート! 始業式を行いました!

12日(火)3学期始業式が行われ、44日間の3学期がスタートしました。始業式では校長、生徒代表からそれぞれ話がありました。(内容は以下の通り)

今年度の最後の学期。コロナも新しい株が流行りだし、まだ収束していませんし、風邪やインフルエンザ等にも気を付けていきたいです。そして1年間頑張ってきたことを振り返り、笑顔で終わる学期にしたいものです。

### 【校長式辞】

3学期は2学期のちょうど半分の日数。「話の聞き方」「掃除の取り組み方」は皆さんの良いところ。3学期も磨きをかけて自信としてほしい。また何気ない毎日の生活をしっかり送ることが目標達成のための一番の近道。3年生は進路達成に向けて継続して努力を。2・1年生は部活動・勉強に頑張っており取り組もう。

また3学期は「もう新年度が始まっている」という意識をもって生活してほしい。一つずつ上がった学年、学校の生徒としてふさわしい言動を常に心掛けて生活しよう。

### 【生徒会副会長・松浦聖弥さん】

3学期は、最終の学期。引き締めて生活しよう。短くて行事も少ないが、一つ一つに気持ちを込めて取り組もう。1・2年生は3年生に日々感謝して過ごそう。3年生は悔いが残らないよう充実した生活を送ってください。



令和4年もよろしくお願いたします



## 保健講話「みんなで生きる」

～精神科医として 今 中学生に伝えたいこと～

19日(水)未来の風せいわ病院の智田文徳先生をお招きして標記講演会を実施しました。事前に全校生徒からとっていたアンケートの結果を交えてのお話はとても興味深いものでした。



まず緊張した時・ストレスを感じた時などに使うとリラックスできる「10秒呼吸法」を教えたいただきました。ストレスが溜まり死にたいほど追い詰められた時のために、レジリエンス(心の回復力)を高めておくことが大切だということ。また悩みを相談する相手が「友達」と答えた生徒が2番目に多かったことを受け(ちなみに1番多かったのは母親でした。)友達のことを助けてあげられるよう、相手を分かろうとすることが大事ということをお話されていました。その後2人組になってイメージを送り合う簡単なゲームを行い、相手に心を傾けることを実際に体験しました。「人を苦しめるのが人ならば、人を救えるのも人である。どちらの人になるか、決めるのは自分自身である」という先生の言葉を受け、皆が救える人になって、これまで以上に相手に心を寄せ、助け合って生活していきたいと感じました。



## おめでとうございます

令和3年度全国中学生人権作文コンテスト  
岩手県大会「奨励賞」  
一本木中学校 3年 佐々木雪乃



## 小6年生体験入学

20日(木)一本木小学校の6年生18名をお招きして、中学校体験入学を実施しました。まず中1・2年生の授業の様子を参観後、一本木中1年生による「オリエンテーション」を行いました。行事や生活の説明を楽しみながらクイズ形式で行ったり、振り付きの応援を披露したりしました。そして最後にバレーボールと卓球の部活動体験。先輩たちが優しく丁寧に教えていました。小6の皆さんからは「皆、楽しそうに勉強をしていたので中学校が楽しみになった。」「先輩方が授業でこんなに頑張っているのだと思った。」「一中祭が楽しそう。」「挨拶の仕方や行事の楽しさ、学校内での生活のことがわかった。」などの感想が寄せられていました。また「勉強についていけるかどうか不安・・・」という感想が多く見られました。中学校生活を真面目に頑張りたいと考えているからこそその気持ちではないかと感じました。4月から一緒に生活していく中で不安解消のために全力で支援していきます。一本木小6年生の皆さん、4月お待ちしております!!



## 2月行事予定

- 1日(火) 全校朝会
- 4日(金) 新入生保護者説明会 ALT来校日
- 6日(日) 滝沢市民会議
- 7日(月) 専門委員会
- 8日(火) 中央委員会 SC来校日
- 9日(水) 家庭学習ノート募集
- 13日(日) ノーメディアデー開始(～20日)
- 14日(月) 資源回収・あいさつ運動(～17日)
- 15日(火) 全校朝会 技家期末テスト
- 16日(水) 美術期末テスト
- 17日(木) 音楽期末テスト
- 18日(金) 期末テスト①
- 21日(月) 期末テスト② 専門委員会
- 22日(火) 中央委員会 SC来校日
- 25日(金) ALT来校日
- 28日(月) 期末清掃(～3/4)

