

高遠中学校だより 『高遠の子』

2023. 7. 25

No. 4

高遠中学校だよりはホームページでもご覧になれます。

<http://www.ina-ngn.ed.jp/~takatyu/>



伊那市立高遠中学校
校長 田中

第65回聖桜祭(9/29-30)スローガン決定

全校生徒ひとりひとりが自分の良さを発揮してキラキラと輝ける聖桜祭に！ by 実行委員会

『輝～個性を放て～』



7月19日に生徒集会が開かれ、本年度実行委員長の白川舜大さんから、クラウドでおこなった全校投票により決定した本年度の聖桜祭スローガン『輝～個性を放て～』が発表されました。フロアの会員からは、「みんなで精一杯の協力をして楽しい聖桜祭にしていきたいです！」等の抱負が次々と発表されました。これから2カ月間、聖桜祭に向けて様々な取組が本格的になっていきます。この期間を通じて、生徒たち一人ひとりがどんな輝きを放っていくか、ぜひ楽しみにしててください！

大自然の厳しさを実感。よく乗り越えたぞ！ ～2学年仙丈ヶ岳登山より～



梅雨の合間を縫って3年ぶりとなる宿泊登山である2学年仙丈ヶ岳登山を7月12日、13日に実施しました。

1日目、曇り空の涼しい天候の中、登山ガイド、医師、消防士、PTA ボランティアさん方の手厚いご支援をいただき、1人の脱落者もなく仙丈小屋(標高2,890m)に到着しました。その後徐々に風が強まり霧が深くなってきましたが、「登ります！」と生徒たちの元気な声もあり、多くの生徒が3,033mの頂上登頂を果たし、念願の「仰望」を山頂で歌い上げることもできました！

仙丈小屋に戻ると、待ちに待った夕食。ご主人特製のカレーライスに「美味しい！」と舌鼓を打ち、そして、ご飯のお替わりに並ぶ何人もの生徒たち。しかしその後、天候が急激に悪化し夜中じゅう風雨が激しい音を立てて止みませんでした。楽しみにしていた御来光を拝むことを諦め、2日目、朝7時30分、カップと手袋を全員が装着し小屋前に集合。「とにかく安全に下山すること」をみんなで確認し、全員で気持ちを引き締めて下山を始めました。いくつかの大きな沢は昨夜からの大雨

のため川のようになっていますが、生徒たちは大人の手を借り、足首まで水につかりながらも一步一步歯を食いしばって渡り切りました。ようやく終着点の北沢峠まで辿りつくると全員に安堵の表情が広がりました。この2日間で大自然の素晴らしさと厳しさをまさに体感し、そしてそれを乗り越えた2年生。きっとこれからの大きな力になるはずです！それにしてもご協力いただいた全ての方々に感謝です。

6/23 授業参観日、親子ふれあい講座、大盛況！給食試食会も行いました。



第2回授業参観を開催しました。こちらも3年ぶりとなる親子ふれあい講座も同日に開催し、8つの講座に分かれ一流講師から学ぶ楽しく充実した機会となりました。「歩き方講座」では、東屋靴店の米山洋子さんから姿勢を心がけることで歩き方だけでなく体調までもが変わる實際を、一人一人をチェックしながら手解きしていただく本当に贅沢なひとときでした。また、給食試食会も開かれ、保健厚生部員のみなさんにエプロン姿で配膳をしていただき参加者で給食を味わいました。また、本校の渡辺真理子栄養教諭から「食の健康と給食センターの様子」についてミニ講演をさせていただきました。「こんな給食を毎日いただける生徒たちが幸せですね！」との声をいただきました。ご参加くださった保護者の皆様、ありがとうございました。



6/26 応援隊スタートの会



平成29年度に始まった高遠中学校応援隊の活動も本年度で7年目を迎えます。コロナ禍で限られた活動となっていましたが、本年度からまた42名もの地域の方々にご協力いただけることとなりました。生徒へのご紹介を兼ねて行ったスタートの会では高遠町公民館長及び本校同窓会長の矢澤淳さんから、「生徒のみなさんの助けになるよう精一杯協力していきたいと思うのでどんどん声をかけてください！」と力強くありがたいお言葉をいただきました。今後、総合的な学習の時間や美術など

での授業支援や、放課後学習でのパワーアップ学習支援、外部指導者としての部活動支援、読み聞かせボランティア等々で、たくさんお世話になります。どうぞよろしくお願いいたします。

1年間お世話になる応援隊の方々です（順不同）

黒河内貴さん、矢澤淳さん、西村一樹さん、古村香さん、北島智也さん、西村勇雄さん、赤羽敏さん、赤羽久人さん、平澤泰子さん、伊藤久志さん、酒井照明さん、松崎旻さん、石川結也さん、石川修実さん、北原淳さん、竹内嘉章さん、高嶋運吉さん、原葉子さん、前田隆裕さん、大島郁将さん、有賀明珠さん、田中秀之さん、寺田利男さん、横手優子さん、春日直美さん、田中亜璃沙さん、湯澤千里さん、川合大祐さん、丸山富永さん、池田敏美さん、瀬瀬恵理さん、原健さん、武井文一さん、塚田博之さん、山崎恭子さん、杉山祐樹さん、安井かほるさん、倉沢成子さん、伊藤律子さん、森良子さん、齊藤真希さん、養田明美さん

以上、42名の皆様、よろしくお願いいたします。！

7/5 さっそく「読み聞かせボランティアさん」が朝読書に登場です！



選んだ本の内容を生徒のみなさんが喜んでくれるか心配で昨日からドキドキしていました。でも、生徒のみなさんがしっかり聴いてくれて嬉しかったです。！

読み聞かせしていただいた本

- 1年1組 八方にらみねこ
- 1年2組 そらめくんのぼくの いちにち
- 2年1組 しあわせの王子
- 3年1組 よかったねネッドくん
おりとライオン
- 3年2組 ぶぶんぶんぶんしんぶんし

7/15 P T A草取りボランティア作業へのご協力に感謝です！



雨天のため延期していたP T A草取りボランティア作業を7月15日(土)に実施しました。休日の早朝にもかかわらず1年生から3年生までの保護者の皆様、生徒のみなさん、本校職員、合わせて約70名がボランティアとして参加し、校庭を中心に草

刈りや草取りをしてくださいました。途中、雨が降ってきましたが、最後までしっかりと取り組んでいただいたおかげで、緑色が多かった校庭も見違えるほどきれいになりました。広い敷地ですのでたくさんの方々にお手伝いいただくと本当に助かります。9月末にある聖桜祭に向け、職員、生徒も環境整備に努めて参りますが、今後ともご協力をよろしくお願いいたします。

6月～7月に行われた中体連南信地区予選会及び県大会結果報告



◎剣道部 男子団体：予選リーグ 2位 決勝トーナメント 3位 県大会出場
女子団体：予選リーグ 3位 敗退

男子個人：野澤尚正さん 1回戦敗退、伊藤聡祐さん 1回戦敗退、
西村拓真さん 1回戦敗退、石川奨也さん 2回戦敗退、
石川玲音さん 2回戦敗退

女子個人：石川千里香さん 2回戦敗退、高田陽菜さん 2回戦敗退、
北原璃桜さん 3回戦敗退 (ベスト 8) 県大会出場

◎女子バスケットボール部 (伊那東部中と合同部活動で出場) 予選リーグ敗退 (対下諏訪社●20-51、
対箕輪●21-88、対原●36-58)

◎男子バスケットボール部 予選リーグ 敗退 (対岡谷東部●22-98、対諏訪西●14-152、対下諏訪・岡谷西部
●34-67)

◎女子バレーボール 1次ラウンド (対高陵●0-2、対竜東○2-1) 2次ラウンド 敗退 (対中川●0-2)

◎卓球 女子個人：伊藤陽茜さん 予選：対伊那東部○3-1、対箕輪○3-1、対箕輪○3-1、対箕輪●0-3、
決勝トーナメント：対緑ヶ丘○3-0、対岡谷南部●2-3 敗退

◎野球 1回戦 対岡谷東部●5-7 敗退

ご声援、ありがとうございました！

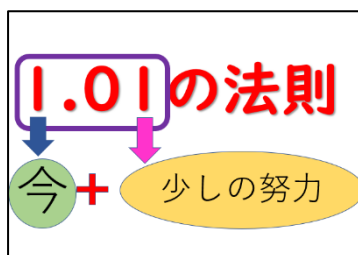
☆速報 7月23日(日)に伊那文化会館で開催された吹奏楽コンクール南信A地区大会にて本校の吹奏楽部30名での演奏が「銀賞」と「特別賞」を受賞しました！

1学期73日間の終了です。たくさんの成果を2学期につなげていきましょう！

終業式 校長の話より

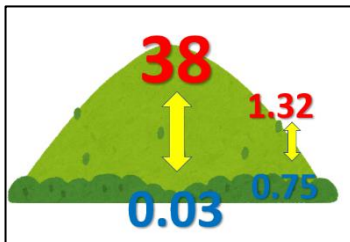
今、1年1組 伊藤涼香さん、2年1組 赤羽海音さん、3年1組 北原少彩さんから1学期を振り返っての作文発表がありました。(中略:3名の発表について校長の感想はHPにて掲載します)3名の発表からも、本当に努力した充実した1学期だったことを嬉しく思います。みなさんはどうだったでしょうか?(中略:1年生、2年生、3年生の成長について校長が感じたことについてはHPにて掲載します)

さて、明日から夏休みとなります。部活動や生徒会活動など、学校の予定もいくつかあるかと思いますが、夏休みの生活について、私から1つ提案をしたいと思います。それは、いつもよりほんの少しだけ時間をかけ、自分の好きなことや興味のあることにチャレンジしたり、苦手なことに努力したりしてみましょう ということです。



そこで、参考にしてほしいのが「**1.01の法則**」というものです。「1.01」はもちろん数字です。1は今の状況。そして、0.01は、その1にほんの1%だけ付け加えたものです。これを1日の生活に置き換えてみましょう。今まで通りに1日をふつうに過ごすことが「1」だとしたら、そこにわずか1%の努力をプラスしてみます。多分みなさんは、なんだ、たった1%だけ?と思うかもしれませんが、それを毎日続けたらどうなるでしょうか。では、実際にかけ算をしていってみましょう。

($1.01 \times 1.01 \times \dots \times 365$ 回) なんと365日分を掛けると、**約37.8**となります。次に、その反対もやってみましょう。毎日、0.01分だけ努力を怠って見たとします。つまり、 $1 - 0.01 = 0.99$ 。その0.99を365回かけてみましょう。結果は、**約0.03**です。



最初のスタートの時点では、1.01と0.09の差は、わずか「0.02」でしたが、それを365日繰り返すと**37.8**と**0.03**という大きな差になってしまうのです。夏休みについても同じように考えてみましょう。夏休みは28日なので、1.01を28回かけると、約1.33、0.99では、約0.74となり、もうすでに、0.59の差が生まれてしまうのです。

これが、**1.01の法則** と呼ばれているものです。みなさんに伝えたかったのは、ちょっとした努力を毎日積み重ねることが最終的には大きな成果をもたらすのです。そして、その逆も言えるということです。

ぜひ、この夏休み「1.01の法則」を生かして生活してみてください。大切なのは、「何」に取り組むのかという目標をしっかりと持つこと。そして1日目に必ず取りかかってみる。そして、それを毎日続けること。ポイントは、0.01のほんのちょっとした努力を続けてみることです。

明日からの夏休み、家族・地域の一員としてしっかり過ごすとともに、交通安全、水の事故にはくれぐれも気をつけ、学習や部活動、生徒会活動、そして自分の趣味や課題に挑戦する、充実した28日間になることを願っています。2学期、8月23日、またここで、みんなで元気に会いましょう。

～お知らせ～ 1学期が終了しました。ご家庭、地域のたくさんのご理解とご協力に感謝です。

*28日間の長い休みとなります。各学年のたよりなどを参考にお子様が健康で安全な生活を送ることが出来ますよう、よろしく願いいたします。何かありましたら学校までお知らせください。

*8月14日から17日までは学校閉庁日(リフレッシュウィーク)となります。緊急の連絡等がありましたら市役所(伊那市教育委員会78-4111)までご連絡ください。