

【スタートから一ヶ月：】

気持ちを確かに、次なる一歩！

ゴールデンウィークが終わり一週間。始業式(入学式)から約一ヶ月が経過しました。天気も暑くなったり(熱中症にはくれぐれも注意が必要です。身体が熱さに慣れていないので。)突然雨が強く降ったり・・・。何となく気分も優れなかったり、だるさが続いたりしがちになることもある。体調を整えるためには、規則正しい生活、食事や睡眠が大切です。暑さに慣れるには、ストレッチなども有効とされていますが、運動不足になりそうな人達は、意識的に身体を動かしてみよう。(自戒の念を込めて書きました！)

部活動も、今週末からはいよいよ市内大会が始まります。多くの場合、県大会へ向けた葛北大会へのシードがかかっているのではないのでしょうか。いずれにしてもみんなにとつて悔いの無い試合になることを祈っています。すでに開催されている春の大会では、U-15選手権大会葛北予選で男子バスケットボール部が優勝しました。ソフトボール部も東葛地区中学生選抜大会Cブロック優勝、すでにバドミントン部は男女とも春の県大会に代表として出場したり、サッカー部もスプリングカップで

ベスト4になるなど、他も含め、様々な部活動でエンジン始動といったところでしょう。

今は教育相談期間で比較的練習の時間は確保できていますが、ここから修学旅行や林間学園があり、時間は効率的に使わなければなりません。納得のいく結果を出すためにも、一日一日を大切に頑張ってください。全ての南中生一人一人の活躍に期待しています。

【本日の「こころ」より・・・】

今日の「こころ」三年生の小園さんが友達について書いてくださっています。改めて紹介したいと思います。

みなさんは、支え合ったり何でも言い合える友達や仲間はいいますか。私はとても友達に支えてもらったり、自分の良いところも悪いところも何でも言ってくれる友達が周りにたくさんいます。その友達によって何かに挑戦しようとしたときに自信を持ったり良いところや悪いところを言ってもらうことで自己肯定感が上がったり、自分を見つめ直すきっかけになったりします。私は委員長や部長をやっている色々失敗がある中、たくさんの仲間に支えられて取り組んでいます。それに、「もっとこうした方がいいんじゃない？」とアドバイスもいっぱいくれる仲間もいて、本当にありがたいと思っています。よく「○○○だよね」って

友達に言われます。私はそう言われたとき、確かに自分が○○○かもと思いましたが、自分でも分かっていたいなかったことが友達は気付いてくれていたことがあるかもしれません。支え合ったり、何でも言い合える友達はとても重要な存在であることに気付きました。これからも何でも言い合える友達を大切にしながら、たくさんの人とコミュニケーションをとっていききたいと思います。

友達って、いくつになってもいいものだと思います。いつも何気なく生活していると、その大切さが見えなくなってしまうこともある。今だけではなくて、いくつになっても友達って大切だし、特に中学生の時の仲間には、この先もずっと何かを得ることがあるかも知れません。

つい先日二十年前の卒業生たちが訪ねてきてくれました。今でも一年に何度かみんなが集まって、昔話に花が咲く・・・。いいですよね。今はまだ実感が湧かなくても当たり前です。これから先のことなんてみえなくて当然。でも、今の仲間たちとの時間が必ずあとで大切になることもあるということも、ぜひ心に留めておいてください。時間は意識しないとあっという間に過ぎていってしまいます。もう五月も折り返しですからね・・・！！