

# 第1学年通信

令和4年11月18日（金）発行  
多摩市立聖ヶ丘中学校  
第1学年 第30号

積み重ねた努力が  
自然と体を前に動かす



桜ヶ丘公園の前の道にはたくさんの落ち葉がつもり、教室からの景色にも赤や黄色に色づいた木々が増えてきました。家の近くによく出ていたカエルも見かけなくなり、冬が近づいているように感じます。

さて、先週の水曜日に行われたマラソン大会では、参加者全員が完走することができました。これまで体育の時間を中心に練習を重ね、徐々に体力をつけてきました。当日は走る前に「緊張してきました」「ベストタイムを出せるか不安です」などの声が多く聞こえましたが、これは、これまで積み重ねてきた努力が大きくなっている証だと思いました。準備をしっかりとすればするほど、その成果を発揮したくて、心配になったりするものです。それでも、その心配を超えるほどに練習をしてきていたみなさんは、スタートラインに立ったときには「心配」が「自信」になっていたのではないのでしょうか。応援している人たちは、走っている人を見て、「はやく自分も走りたい」「もう一度走りたい」と口々に言っていました。最後には完走タイム上位者が表彰され、入賞できなかったことを悔しがる人もいましたね。悔しいと思える人は、その気持ちを次への努力に向けられれば、必ず力が伸びますよ。

今回のマラソン大会で得たものは、体力だけではないはずです。自分と向き合って努力を重ねた過程を忘れずに、今後に活かしていきましょう。

男子総合4位 3組 佐藤 勇武

男子総合5位 3組 渡邊 瑛希

女子総合3位 1組 白岩 華乃



日付	曜	時間数	内容・連絡	提出物	その他	給食
21日	月	3時間	第3回定期考査	三者面談〆切	—	—
22日	火	6時間		—	—	○
23日	水	—	勤労感謝の日	—	—	—
24日	木	6時間	専門委員会	—	—	○
25日	金	6時間	中央委員会 地域清掃⑥	—	—	○



### 1年男子上位6名

- 1位 佐藤 勇武 (3組)
- 2位 渡邊 瑛希 (3組)
- 3位 大竹 遥斗 (2組)
- 4位 八木 利樹 (2組)
- 5位 城戸 湊介 (1組)
- 6位 千葉 武琉 (1組)



### 1年女子上位6名

- 1位 白岩 華乃 (1組)
- 2位 内藤 ほのか (3組)
- 3位 芹澤 澄玲 (2組)
- 4位 山本 聖奈 (1組)
- 5位 岩下 夏那 (3組)
- 6位 清水 千紘 (1組)

