

校長室の窓から

令和元年10月

< 校訓 >

いのちを大切にしよう
きまりを守ろう
進んでことにあたらう
相手の立場に立って考えよう



継続は力なり ~ ちよつとの辛抱と頑張り ~

長距離走をしていると、走り始めはとても呼吸が苦しいです。でも、それを我慢して一定の早さで走っていると汗が出て呼吸が楽になり、その後は案外、楽に走ることができるようになります。この状態をステディステート（定常状態）といいます。■【広辞苑】定常状態「①動的な現象で、状態を決めるとき物理量が時間とともに変わらないもの。例えば、液体の流れの速さ、電流の強さが時間的に一定に保たれている状態。②量子力学では、系のエネルギーが一定に保たれている状態。」■

定常状態というのは、その速度で続けて走るための心臓や肺その他の身体の中の準備ができた状態といえます。定常状態になるまでの我慢ができなくて速度をゆるめたり、止まってしまったりすると身体がどの程度で準備すればいいのかわからず、ずっと苦しい状態が続きます。

無理をすることは禁物ですが、もうちよつとの辛抱と頑張りは必要ではないでしょうか。今少し頑張れば、今少し我慢すれば楽になるということは長距離走だけにあてはまることではなく普通の生活の場面でも言えると思います。また、学習の場面でも、もう少し頑張れば理解でき、それなりに楽しく学習できるのでその手前でやめてしまう。いつまでたっても、力になっていかない。力に変えていくには、もう少しだけ、あと少しだけ我慢と頑張る気持が必要ではないかと思ひます。まさに継続は力なりです！

2学期も1ヶ月が過ぎました。合唱コンクール・文化発表会、そして、2年生はトライやる・ウィークなどの行事がありますが、学年やクラスが丸丸となって取組を進めていってほしいと思います。特に、トライやる・ウィークは、働くことの厳しさというものを学ぶ場でもあります。楽しいことよりも、「しんどいな」と思うことの方が多いかも知れませんが、5日間あるいは4日間しっかりと頑張ってください。

【陸上部】市内総合体育大会 <女子総合優勝>

- 共通男子3000m 第3位 河内 天 9分49秒49
- 共通男子走幅跳 第3位 小西 天弥 5m75
- 共通男子三段跳 第2位 小西 天弥 11m57
- 共通男子走高跳 第3位 川崎 俊祐 1m55
- 2年女子100m 第3位 黒田 華代 13秒72
- 共通女子200m 第1位 吉村 心 26秒86
- 共通女子800m 第1位 西村 光冬 2分25秒93
- 共通女子1500m 第2位 西村 光冬 5分03秒93
- 共通女子100mH 第1位 吉村 心 14秒74
- 1・2年女子4×100mR 第3位 54秒49
- 乾 衣澄・鏡園 七海・佐野 晴菜・黒田 華代
- 共通女子走幅跳 第2位 高橋 穂華 4m76
- 共通女子砲丸投 第1位 岩瀬 循子 12m33
- 共通女子円盤投 第1位 岩瀬 循子 28m54
- 第3位 鏡園 七海 25m85

【陸上部】市内新人大会 <男子総合第3位>

- 共通男子400m 第1位 西倉 奨馬 59秒00
- 共通男子800m 第1位 石井 晴 2分17秒58

共通男子走高跳 第1位 川崎 俊祐 1m55

- 第3位 中本 飛羽 1m35
- 共通男子砲丸投 第1位 鄭 眞友 9m42
- 第3位 杉原 義宣 8m23
- 共通男子円盤投 第1位 鄭 眞友 27m27
- 第3位 杉原 義宣 22m79
- 2年女子800m 第3位 行安 亜芽莉 2分30秒56
- 共通女子1500m 第3位 行安 亜芽莉 5分14秒81
- 共通女子100mH 第2位 黒田 華代 15秒25
- 共通女子円盤投 第1位 鏡園 七海 26m79
- 共通女子砲丸投 第3位 鏡園 七海 9m81
- 共通女子4×100mR 第2位 54秒20
- 乾 衣澄・鏡園 七海・佐野 晴菜・黒田 華代

【陸上部】阪神新人大会

- 共通男子砲丸投 第1位 鄭 眞友 10m14
- 共通女子100mH 第2位 黒田 華代 15秒40
- 共通女子円盤投 第1位 鏡園 七海 28m68
- 共通女子砲丸投 第2位 鏡園 七海 10m90

2年生校外学習 ~ in 京都・嵐山 9月26日(木)~

昨年度に続いて、公共交通機関を使ってクラス単位で移動する等、これまでと違った形で校外学習を実施しました。今年のは行き先は、京都嵐山方面です。京都で一句、国際交流(外国の方と外国語でコミュニケーションをとる)というテーマをもって実施しました。ルールを守り一般の方に迷惑をかけるなどは当然ですが、指示を待つのではなく状況を見て自分で判断しなければならないような場面もあったと思いますが、一人一人がしっかりと自覚を持って行動できました。天候にも恵まれ、無事終えることができました。最高学年になっていくという自覚をさらに強め、また、意識して日々の学校生活を送ってほしいと思います。11月11日~15日は「トライやる・ウィーク」です。しっかりと頑張ってください。



いざ、武庫之荘駅を出発！



たくさんの方と外国の方とお話をしました。



1年生宿泊学習 ハチ高原 9月26日(木)・27日(金)

スローガン:『正しい判断 正しい行動』



健全育成非行防止標語<努力賞>

山本 紗世・越智 乃々華・森 美月

統計グラフポスター<優秀賞>

佐々木 愛衣「投票率で見る 選挙への関心度」

【男子卓球部】秋季卓球大会

団体第3位

【水泳】市内新人大会 <2年男子の部総合第3位>

- 2年男子100m バタ 第2位 河野 颯太 1分06秒22
- 2年男子200m 個々 第2位 河野 颯太 2分34秒30
- 2年男子100m 平泳 第2位 三角 哲生 1分34秒21
- 2年男子400m 自由 第3位 井上 侑政 4分51秒79
- 1年男子400m 自由 第2位 北野 佑樹 1分23秒20
- 1年男子200m 個々 第3位 北野 佑樹 2分46秒46

登山の後の一杯最高ですね！



「飯もおごしくいただきました！」