



今年度も後半に入りました！

10月は衣替えの時期となり、今年度も後半に入りました。生徒たちは21日開催の文化祭に向けて、合唱練習や発表の準備に、生き生きと取り組んでいます。部活動関係では、県駅伝大会で女子が2位に入賞するなど、二中学生が大活躍しています。この時期は各部とも大会が開催されており、素晴らしい結果を収めています。文武両面にわたる生徒たちの活躍を、とてもうれしく思います。結果については、その都度お知らせします。

また、県立高校の入試要綱説明会が開催されるなど、3年生にとっては着実に入試の足跡が迫ってきている時期にもなってきました。時間を大切にしたい生活をしてほしいと思います。

県駅伝大会女子2位(東北大会出場)



6日(木)に西郷村で開催された福島県中体連駅伝競走大会において、本校の女子チームが見事な走りですつきをつなぎ、2位に入賞することができました。1区から上位争いをし、一時はトップに立つこともありましたが、最終的には2位でのゴールとなりました。はらはらドキドキの展開に応援にも力が入りました。選手たちの素晴らしい活躍に大きな拍手を送りたいと思います。東北大会は、11月4、5日に



宮城県利府町での開催となります。コンディションを万全にして、上位入賞を目指してがんばってほしいと思います。

《二中学生の活躍》

- 福島県駅伝競走大会 2位(東北出場)
- J A 共済県小中学生書道
審査委員特別賞 大山奈々花(1年)
- 福島県短歌祭 学校賞受賞
新類会賞 柏原梨花(2年)
佳作 有我佳史 吉田夏鈴(2年)
- 地域安全作文県審査
佳作 松川 侑矢(1年)
- 岩瀬地区読書感想文コンクール
特選 鴻野 歩 須田日菜子
準特選 箭内千歳(1年)
- 須賀川市文化祭「文芸大会」
俳句の部 菅井 汰一(1年)
- 県中地区新人ソフトボール大会 優勝
- 県中地区新人バスケットボール大会 男子 3位
- 県中地区新人ソフトテニス大会
男子団体 3位 女子団体 3位
男子個人 優勝 会田楓輝・橋本蒼弥
3位 安藤達也・鈴木 彪
女子個人 優勝 鎌田美樹・永沼さくら
- 県中地区新人柔道大会 団体 優勝
個人50kg級 1位 森 駿介 2位 佐藤優璃
66kg級 2位 榊枝龍希
73kg級 1位 大河原涼
81kg級 1位 十文字祐真
90kg級 3位 加藤陽岐
- 須賀川市民体育祭
・ソフトテニス
中学男子 1位 会田楓輝・橋本蒼弥
2位 吉田英斗・鈴木寛之
中学女子 1位 鎌田美樹・永沼さくら
2位 柏原梨花・小林 愛
3位 大塚澄音・安藤 楓
・柔道 男子団体 2位 Bチーム
3位 Aチーム
個人48kg級 1位 佐藤優璃 2位 矢吹翔
66kg級 3位 榊枝龍希
78kg級 2位 大河原涼 3位 佐木竜太
78kg超級 1位 十文字祐真
・卓球 男子団体 3位
女子団体 優勝
男子S 2位 宇佐見彩斗
3位 佐藤 心
女子S 1位 並木優衣
2位 鈴木佑那

第2回避難訓練を実施!

3日(月)の6校時に、第2回の避難訓練を実施しました。今回は、地震の影響により火災が発生したとの想定で、体育館に避難をしました。一人一人が真剣な態度で訓練に取り組みました。これから冬に向かい、火災が多く発生する時期を迎えます。家庭でも暖房器具等を使用する機会が多くなりますので、火の取り扱いには細心の注意をすることや災害に遭った場合の対応などについて、ぜひ話し合っておいてください。



自己管理

食事と睡眠が自己管理のキーになるという。脳細胞も身体の細胞の一種。体の細胞全体が良い状態でなければ、いくらメンタル(脳)を鍛えても向上しない。食事がきちんととれると、身体の状態も良くなり、メンタルも良好になる。毎日のことなので食事に厳しくなると他の分野にも厳しくなることができるという。睡眠も同じで毎朝きちんと起きているかどうかは、自己管理できているかどうかの基本にもなる。

脳と心と食と身体すべてに目が行き届き、かつ意識できている状態が自己管理の土台。自己管理ができていれば、ケガや病気にはかかりにくくなる。そのためには食と睡眠がキーとなり、メンタルを前向きにして目標を焦点に合わせる事が大切だが、その土台となるのは食と身体。

目標の設定は、自己管理ができていなければならず、自分が良い状態でなければ高い目標は描けない。自信がある状態でなければ目標は描けないもので、まずは自信のある状態にすること。その土台となるのが身体である。身体がベストコンディションであるからこそ、他のこともできてくるものである。だからこそ食生活を整えることが大切になる。

前向きな気持ちを保つには朝から身体を動かし、テンションを上げ、血液やリンパの流れを良くすれば、脳もさえてくる。(新聞のコラムから)

文化祭情報!

○合唱リハーサルを実施します

文化祭に向けた合唱のリハーサル(中間発表会)を実施します。

・12日(水) 3学年

・14日(金) 1学年、2学年

他の学級の仕上がり具合をみる初めての機会となり、各学級の練習にもさらに拍車がかかっていくものと思います。

○有志発表団体が決定しました

5日(水)の放課後に、有志発表のオーディションがあり、演技の審査が行われました。「ヲタ芸」「ダンス」「演武」の3団体が出演に向けて、練習に取り組んでいます。どんな発表になるのか楽しみにしてください。

○保護者の方の声から

放課後の合唱練習の様子を見た保護者の方から、「合唱のレベルが高いので、ぜひ文化祭を見に来たい。」との話がありました。期待に応えられるよう各学級とも本番に向けて、毎日の合唱練習を頑張っています。

多数の保護者の皆様の参観をお待ちしています。

こころの窓

子どもが成長するためには、いろいろな体験や学習が重要となってきます。中学生にとっては、家庭や学校生活の中で得た情報や知識は、将来に結びつく大きな要素となってきます。そのためにも、我々大人は、先代から受け継いできたことを、子どもたちに教え伝えることが大切なことであり、確実に行いたいものです。

機関誌「PHP」からの一篇を紹介いたします。

教えなければ

人間は偉いものである。たいしたものである。動物ではとてもできないことを考えだして、思想も生み出せば物も作り出す。まさに万物の王者である。

しかし、その偉い人間も、生まれおちたままに放っておいて、人間としての何の導きも与えなかったならば、やっぱり野獣に等しい暮らししかできないかもしれない。

古来、どんなに優れた賢者でも、その幼い頃には、やはり父母や先輩の教えを受け、導きを受けてきた。その上に立つての賢者であって、これらの教え導きがなかったら、せっかくの賢者の資質も泥に埋もれたままであったろう。

教えずしては、何ものも生まれてはこないのである。教えるということは、後輩に対する先輩の、人間としての大事なつとめなのである。その大事なつとめを、お互いに毅然とした態度で、人間としての深い愛情と熱意をもって果たしているかどうか。

教えることに、もっと熱意を持ちたい。そして、教えられることに、もっと謙虚でありたい。教えずしては、何ものも生まれてはこないのである。