

# 西中だより

平成27年度 No.19  
平成27年11月12日  
須賀川市立西袋中学校  
発行責任者 鶴巻 弘士

## &&& 大成功に終わった文化祭！ &&&

- 今年初めて西袋中の文化祭を観ました。正直、素晴らしいの一言です。本来ならば2日間で行うような内容が、1日にまとめてあり大変驚きました。体育館の壁には、各学年毎に生徒の作品が掲示されてありました。また、松明につける「威風堂堂」と書かれた幟が体育館の壁に掛けてあり、初めて眼にした私などは、感激しました。(それこそ「かっこいい。」の一言です。)【場面を写真で紹介】



## ### 第33回円谷幸吉メモリアルマラソン大会兼第51回中体連岩瀬支部新人ロードレース大会で西袋中チームが上位入賞！ ###

- 11月18日(日)晴天の秋空の下で行われた第33回円谷幸吉メモリアルマラソン大会において、同時に行われた新人ロードレースで、本校の1・2年生が下記のように上位入賞を果たしました。

### 【学年・成績・(中心となって活躍した選手)の順】

- ☆ 1学年：女子 第5位 (大森、荒川、水野) 1学年：男子 第5位 (藤田、増子、西間木)
- ☆ 2学年：女子 第6位 (村越、市川、小林) 2学年：男子 第1位 (橋本、名越、溝井)
- ☆ 1・2学年男子 総合 第1位

- 日に日に秋の深まりを感じる今日この頃ですが、毎朝2年生を中心とした特設陸上部がトラックを集団で元気に走っています。気のせいかもしれませんが、生徒の表情に落ち着きと逞しさが現れてきたように感じます。継続して鍛えた者だけが身に付ける風格かも知れませんが、少し凛凛しく見えるのは私だけでしょうか。

放課後の部活動の時間が短くなった今、朝の時間を利用して走り込むことは、どの部活動でも基本だと思います。寒くなる時期だからこそ短い時間で体が温まる運動を継続して行い、体と心を鍛えてほしいものです。(シーズンオフは運動の質を高め、短い時間でも練習の効果が現れるよう工夫しよう。)

- 「走ることの効果」について

- ・ 走ることは、全ての運動の基盤をなすものです。学習について言えば、姿勢を保ち、集中力を支えます。合唱や吹奏楽の練習でも長時間練習に耐える体力と忍耐力及び精神力を養うのに効果的です。
- ・ 特に、近年の生活様式の変化(車社会)で弱さが目立つ足腰の鍛錬には最適です。また、とっさに危険から身を守る瞬発力の育成には欠かせません。
- ・ 自分のペースで走り始め、他者と競うことで自己の成長を自覚した時に、本当の自信に繋がる最も手頃な運動です。時間は10分間位でも、継続して取り組みれば必ず効果は出ます。

### 《 校長のつぶやき 》・・・松明づくりに思うこと「協働作業の大切さ」・・・

- 11月6日(金)に外部講師の小貫さんと3年生を中心に、西袋公民館の職員とボランティアの皆様にお手伝いを頂き、待望の「大松明」が完成しました。13日(金)まで、本校校舎東側(道路側)に展示してありますので、どうぞご覧ください。3年生と講師の小貫さんやボランティアの皆様の想いがぎっしりと詰まった松明が、ブルーシートに包まれ堂々と横たわっています。(協働作業の結晶です。)

- 思い起こせば、芯となる竹を切りだす作業から始まり、竹で松明の骨を組み、畳表でこもを編みました。次はいよいよ萱を刈る段階でしたが、今年は除染作業の関係で例年行ってきたPTAと生徒で萱を刈って、選果場のビニルハウスへ運搬する作業経験が出来なかったのが、残念でした。15日の当日は、どのような炎を上げて燃えるのか楽しみです。



