

しち てん はっ き 七 転 八 起

校訓：自主・協同・創造

学校通信 NO. 5
令和5年 6月30日

真摯に向き合う！

三木市総合体育大会が終わりました。応援していると、思わず声が出てしまうプレイをたくさん見ることができました。そして、応援していただいた保護者の方々にお礼をする姿、勝っても負けても最後の瞬間まで最善を尽くし、対戦相手に敬意を表す東中生の姿を、試合会場でたくさん見ることができ、感動させられました。

コロナ禍の影響で、十分に練習ができなくても、時間の使い方や集中する方法を工夫して、効率よく効果的に練習をしてきたことも見て感じ取れました

総体は特別な大会だからこそ、自分と向き合い、試合までにどれだけ真摯に取り組んできたのかが重要で、精神的な成長に大きく影響します。同じ時間であっても、気持ちの違いで取組は全く異なったものに変化します。「積極的で、充実した気持ちで取り組んでいるとき」は時間も短く感じられ、「消極的で、つまらないと思っているとき」は長く感じられたりします。また、後になって振り返ってみると、充実したときのことははっきりと思い出せるのに、つまらないと思っていたときのことは、あまり記憶に残っていないことが多いでしょう。

部活動だけでなく学習面でも、「積極的に充実した気持ちで取り組んでいるとき」と「しかたないから取り組んでいるとき」とでは、内容の理解という点で大きな違いが生じます。人は、まったく同じ体験をしても、ただ退屈な気持ちでその時間を過ごす人よりも、ちょっとしたことにも喜びや楽しみを見い出せる人の方が、その時間を十分に味わうことができているのです。

私たちが感じる「時間の価値」とは、時計ではかれるものではありません。その時間を大切に味わおうとする前向きな気持ちによって、みなさんは、今よりももっと充実した生活となるでしょう。この総体を最後に部活動から離れていく人もいますが、これまで充実した気持ちで取り組んだことが、みなさんの精神を大きく成長させたと思います。

校長 高森 伸彦

三木市総合体育大会の結果

ソフトボール **優勝**

7-2 緑が丘



男子ソフトテニス **団体 優勝**

個人 **優勝** 黒田晴也(2年)・山本爽天(2年)組

3位 玉富健吾(3年)・澤田青空(3年)組

ベスト8 溝端 練(3年)・藤原滉樹(3年)組

ベスト8 栗城開人(3年)・黒田風太(2年)組

以上4ペア東播大会出場



陸上競技

男女総合準優勝

女子総合1位 男子総合2位

各種目 優勝者

男子

共通男子 200m	山下陽輝 (2年)	24" 21
共通男子 砲丸投	赤松健太 (3年)	8.74m
共通男子 円盤投	中村葵利久 (3年)	22" 66
3年 100m	八幡 響 (3年)	11" 91
1年 1500m	小倉大駈 (1年)	4' 36" 28

女子

共通女子 走幅跳	西村姫花 (3年)	4.10m
3年 100m	藤本有彩 (3年)	13" 29
1年 100m	西畑真穂花 (1年)	14" 87

バスケットボール

23日	44-50 緑が丘
	57-78 自由が丘
24日	67-64 吉川

バレーボール

23日	0-2 別所
	0-2 三木
24日	2-0 自由が丘
	0-2 吉川



サッカー

0-7 自由が丘
1-2 緑が丘



水泳

各種目 優勝

竹内菜桜 (3年)	
女子 100m バタフライ	1' 08" 83
200m バタフライ	2' 34" 41
大上 結 (3年)	
女子 100m 平泳ぎ	1' 20" 54
200m 平泳ぎ	2' 50" 81

野球

準優勝

9-1 緑が丘・自由が丘・別所
3-4 三木



女子ソフトテニス

個人3位

村佐綾優 (3年) ・ 小林美優菜 (3年)
小田七海 (3年) ・ 奥浦心優 (3年)

ベスト12

河合花菜 (3年) ・ バラセ キモラ (3年)

以上3ペア東播大会出場



東播総合体育大会の日程

陸上競技

加古川運動公園競技場

7月15日(土)・16日(日)

女子バスケットボール

加古川市立総合体育館

藤谷夏希(2年) 別所中合同チームにて出場

7月8日(土)・9日(日)

男女ソフトテニス

吉川総合公園

7月15日(土) 個人戦 16日(日) 団体戦

ソフトボール

西脇南中・黒田庄中

7月15日(土)・16日(日)

水泳

明石海浜公園プール

7月1日(土)