



第6号  
 令和5年6月15日  
 府中市立  
 府中第八中学校



〔在籍生徒数〕 一年生247名、二年生264名、三年生242名  
 全校生徒数753名  
 〈学校住所・電話番号〉  
 〒182-0035 府中市四谷一丁目二八二七  
 電話 〇四二(三六四)一八八一  
 本校のあから八中の生徒の皆さんに、お世話になりました。お礼を申し上げます。

『旅行の楽しみと旅行からゲットできること』

校長 高沙 康浩

「あをによし 奈良の都は 咲く花の にほふがごとく 今盛りなり」  
 毎年、修学旅行の時期に、この歌を思い出します。今から、四十年前、中学三年生だったころ、修学旅行の事前学習で、担任の先生が教えてくれた歌です。聞いたことがある人もいると思います。その当時、中学生だった私は、単純に奈良の地が花で美しく飾られているよすを想像したものです。実際に奈良を訪れると奈良の中心部以外は、田畑が広がっています。本当に静かな町並みでした。その昔、都が栄えていた姿はどこにもありませんでした。しかし、華やかではないにしろ、法隆寺、東大寺、奈良公園などを訪ね、これを創建した当時のお寺で働く人や住んでいた人などに思いをはせました。修学旅行ではたった一日の見学でしたが、それではもの足りず高校一年生の夏休みに友人たちと一緒に関西方面を再び訪ね、時間をかけてじっくりと奈良県内を歩き回ったことがついこの間のように思い出されます。

今回の修学旅行のスローガンは

「見て学び 歴史を感じ和にふれる 仲間と過ごす 修学旅行」  
 です。とても素晴らしいスローガンです。これまで一緒に過ごしてきた仲間たち、先生方と築き上げてきたさまざまなことを大切にしつつ、修学旅行の活動を通して新しく得たこと、そして、仲間との新たな思い出などをこれからの人生に生かしていきたい、そのような有意義な行事にしたいという意気込みを感じています。そして、実際の旅行では歴史や文化の学習、エチケットやマナーの学習、協力することやルールを守るなどの大切さの学習、規律ある行動の学習をしっかりと行い、中学校生活の集大成となる修学旅行になるよう期待しています。

さて、今、私が中学三年生の頃のことをじっくりと振り返ると、私の旅行好きの原点がここにあったのではないかと思います。当時の修

学旅行には、クラス行動や班行動といった生徒がコースを考え決める活動はなく、先生方が決めた見学場所をバスで巡るものでした。私の気持ちの中には、「自分で計画をして実行したい」という強い思いが湧き上がってきました。その強い思いから、高校一年生になって同じ中学校だった友人たちと関西方面に旅行に行く計画を立てました。無人島で生活をする計画も立てました。(無人島の話については、改めてお話ししたいと思います)友人と訪れた一週間の関西方面への旅行は、本当に楽しくとてもたくさんのごちそうをゲットすることができました。当時は、今ほど情報がありません。関西には関東と違った習慣、文化、言葉などがあり、見るもの触れるものなどすべてが新鮮でした。関西に向かう夜行の普通列車では、同年代の若者と知り合い、語り合いました。宿泊でお世話になった山のとっぺんにある無動寺(むどうじ)というお寺の住職さんの話を聞き、自分の生き方について考えさせられました。初めて食べた明石焼きのおいしさに感動しました。いろいろなことが思い出されます。

個人的な考えですが、旅行の楽しさは、計画段階にその八割があると思っています。百聞は一見にしかず、旅行をとおした学びは旅行中に八割以上があると思っています。多くのことを学びたい、知りたいからこそ、計画に時間をかけていきます。皆さんはいかがでしょうか。



修学旅行しおり表紙  
 作者 3F 斉藤なつ美

明日以降、生徒指導部発行の『熱中症予防のために』を配る予定です。六月に入り蒸し暑い日が増えてきました。近年、熱中症は、学校、スポーツ現場での発生だけではなく、夜間や屋内も含め、子供から高齢者まで幅広い年代層で発生しています。熱中症に罹（かか）る人が急増するのは7月です。熱中症は、一人一人が正しい知識をもつことで、防ぐことができるため、この機会にしっかりと熱中症について知り、予防の取組をしていく必要があります。

配付物『熱中症予防のために』には、「熱中症を疑う症状」、「熱中症の要因」、「熱中症の予防方法」、「熱中症の対処方法（応急処置）」について、とても分かりやすくまとめられています。左下の図「FIRE」と「WBGT」についてもこの機会に確認しておきましょう。

さて、『正常性バイアス』という言葉を知っていますか。重大な事態に陥る可能性がありながら「まだ大丈夫」「今回は大丈夫」などと過小評価することを行います。その結果、危険を招いてしまうこととなります。

熱中症を疑う症状があれば、「この位の状況は大丈夫だろう」という意識は禁物です。適切な応急処置等を躊躇（ちゅうちよ）せず行うことが重症化や後遺症、取り返しのできない事態を防ぎます。

熱中症応急処置の

Key Words \* FIRE

F:Fluid水分補給

I:Icing冷却

R:Rest安静

E:Emergency119番通報



【暑さ指数(WBGT)を活用した熱中症予防】

学校では、WBGT(Wet Bulb Globe Temperature)計を使って暑さ指数を測定しています。下表の指針に従って活動を中止する場合があります。

暑さ指数(WBGT)	熱中症予防運動指針	
31℃以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
28～31℃	厳重警戒(激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10～20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
25～28℃	警戒(積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
21～25℃	注意(積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
21℃未満	ほぼ安全(適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

シリーズ ◯ ● シリーズ ● ◯  
◀ふるさと府中を学ぶ▶

その後、明治二十二年になると、四ツ谷村、本宿村、中河原村の三か村が西府村を結成しました。昭和二十九年の府中町、多磨村、西府村の合併まではこの地域の近代化が進み、電気が家庭に送られるようになったり、電話が開通したりしたそうです。

さて、学校の歴史に触れてみたいと思います。五十周年のこの機会に学校近辺の歴史に調べてみたいと思います。さて、学校のある『四谷』という地名の由来を調べてみました。このあたりは、江戸時代の頃は四ツ谷村と呼ばれていたようです。「四ツ屋」と書かれた文書もたくさん残っています。「四ツ屋」とは四軒の家が最初に移住してきたため、それが四ツ谷村の始まりだといわれています。

活躍する八中生

☆バドミントン部

令和5年度 調布・狛江・府中地区バドミントン選手権大会  
男子団体 準優勝

