



# 紫匂う西府野

府中市立府中第十中学校  
学校だより No.4  
平成28年 6月24日

## 基本の徹底

校長 竹内 康裕

柔道の基本は、『受身』です。

剣道の基本は、『素振り』です。

いずれも、どんな有段者であっても常に怠らなく行う稽古の基本です。『受身』も『素振り』も体に覚え込ませなければ使いものになりません。言い換えれば、基本とは、体に覚え込ませるものであります。

先日記録を塗り替えた大リーガーのイチロー選手も、未だ地元ファンに愛され続けている松井選手も強打者として一流の選手であります。彼らが常に怠らなく行っていたのが、「素振り」だと言われています。調子のいい時はいいなりに、そしてスランプの時は、基本に戻って「素振り」から自分のバッティングフォームを見直すのだそうです。

このことから、次のようなことが言えるのではないのでしょうか。

「一流プレイヤーであればあるほど、基本を大事にし、徹底して基本を自分のものになっている。」

「一流のアスリートは、基本を完成させている。」

スポーツ全般に共通して言えることは、基本が大切であるということです。このことは当たり前のことなのですが、ともすると軽視されたり、時には忘れられたりしてはいないのでしょうか？

基本を自分のものにするには、毎日、毎日同じことを繰り返し、繰り返し行い、体に覚え込ませることもあります。ならば、小・中学生が義務教育の9年間で学ぶべき基礎・基本も体に覚え込ませるように繰り返し学ぶ必要があるのではないのでしょうか。何度も何度も繰り返し、これでもかというくらいに繰り返していくことしか、自分のものとして定着させていくことはできません。

授業中に学んだことを授業中にやり直すことはできますが、その日のうちに復習をしないと、分かったつもりになっていた学習事項の約70%は1日経つと忘れてしまうのだそうです。

こんな話を聞きました。ある大学教授曰く、「経済学部の学生でありながら、『四則計算』が十分にできない学生がいます。基礎・基本を徹底して繰り返し、五感を使って摺りこませてほしいです。繰り返しの学習が少な過ぎるようです。」そして、次のようにも言われました。「基本をしっかり身に付けないと『応用力』は生まれません。徹底した繰り返しの学習（練習）で、基礎・基本を確実に定着させていくことが必要です。」と。 どのような分野でも、基本をしっかり身に付けないとその先には進めません。

中学校教育の基本である次のことを徹底して参りたいと思います。

- ① 基本的な生活習慣及びマナー
- ② 基礎・基本の定着
- ③ 規律規範意識の確立
- ④ 人を思いやる心の育成

おめでとうございます  
女子バスケットボール部  
東京都春季大会  
第三位

## 生徒のみなさんへ

### ボランティア活動・地域活動への参加について

十中では、「明るいあいさつ」「きれいな学校」を合い言葉に、生徒全員が、お互いを大切に、安心して学校生活を送れることが伝統となっています。このことは生徒や先生だけでなく、保護者や小学校・青少対などの地域の皆様の支えがあることが大きな力となっています。これらに対して、中学生としてできること、例えばボランティア活動や地域貢献として返していくことが大切です。

今年度も、地域やいろいろな団体と協力して、安心して参加できるボランティア活動や地域貢献の活動の機会を知ってもらい、多くの十中生に参加してもらいたいと考えています。ボランティアは、『社会に貢献したい』という積極的な奉仕の心によって支えられています。また、参加することで普段の学校生活とは異なる活動や体験を通して、視野が広がったり考えが深まったりします。地域の方々もみなさんの参加を楽しみに待っています。いろいろな活動に関心や興味をもち、是非参加しましょう。

ここにある活動は、学校に情報をいただいている主なものです。部活動や個人の都合で予定が合わないこともあるでしょうが、是非心にとめておいてください。それぞれの活動が近くなったところで、案内を配布し、参加してくれる人を募ります。

### 小学校との連携や貢献

- ◎ 五小サマースクール                     〔7/21(木) 22(金) 25(月) 午前〕  
第五小学校のサマースクールのお手伝いをします。
  
- ◎ 小学校あいさつ運動                   〔7月上旬〕  
小学校の校門の前であいさつ運動をします。
  
- ◎ 小学校運動会手伝い                  〔10月1日(土) 午前〕  
府中第五小学校の運動会のお手伝いをします。
  
- ◎ 小学校での職場体験                  (第二学年)〔職場体験の一日 7:45~15:30〕  
職場体験の担当事業所が休みの日に、五小や本宿小などで、校庭整備、図書整理、授業参観、読み聞かせなどをします。

### 青少対、西文コミュニティ協議会の行事

- ◎ 青少体ボウリング大会               〔7月9日(土) 午前〕  
青少対主催のボウリング大会に参加して、地域の方や高校生と交流する。府中西高生の学校紹介。  
現在募集中です。 要項はすでに配布してあります。
  
- ◎ 西文まつり                           〔7月16日(土) 17日 午後〕  
西府文化センター祭りの青少対ブースのお手伝いをします。

- ◎ **地域ふれあい音楽祭** 〔10月29日(土) 10:00〕  
 青少対主催の『地域ふれあい音楽祭』に参加したり、お手伝いをします。  
 他の小学校、高校の演奏を聴く。本校にて。
- ◎ **クリスマスのつどい** 〔12月10日(土) 10:00~12:00〕  
 西文コミュニティ協議会主催の『クリスマスのつどい』のお手伝いをします。
- ◎ **ちびっこ交流会** 〔1/28(土) 10:00~13:00〕  
 西文コミュニティ協議会主催の『ピョンちゃんまつり』のお手伝いをします。

#### 学校、地域、市の行事

- ◎ **地域清掃** 〔7月6日(水) 14:40~15:45〕  
 PTAの方と一緒に、学校周辺の通学路や公園の清掃をします。270人が申し込んでくれました。
- ◎ **熊野神社例大祭** 〔9月18日(日) 12:00~17:00〕  
 熊野神社例大祭の御神輿を担ぎます。全国的に有名な府中市のお祭りです。
- ◎ **夏のボランティア体験** 〔夏休み〕  
 府中市ボランティアセンターが主催する活動です。主に、障害者施設、老人ホーム、保育園の手伝いをします。案内の冊子はすでに配布済みです
- ◎ **特別委員会We Love Japan** 〔年間〕  
 畑で野菜の栽培、収穫した野菜を販売し、地域支援に貢献します。特別委員会のメンバーが活躍中です。
- ◎ **音楽祭 出前発表** 〔3月放課後練習〕  
 音楽祭の練習を特別養護老人ホーム『鳳仙寮』や近隣の小学校で行い、合唱を披露します。

#### 吹奏楽部の参加 (一般の生徒の参加ではありませんがここで紹介をしておきます。)

- ◎ **西文まつり(一日目)** 〔7月16日(土) 13:00~14:00〕  
 西府文化センター祭りで吹奏楽の演奏を披露します。
- ◎ **地域ふれあい音楽祭** 〔10月29日(土) 10:00〕  
 地域ふれあい音楽祭で吹奏楽の演奏を披露します。

## 修学旅行

6月10日～12日、三年生は修学旅行で奈良・京都へ行ってきました。梅雨入りの直後でしたが、幸い天候にも恵まれ、また大きな傷病もなく、充実した三日間になりました。全体的に高い意識をもち、しっかりとした全体行動・班行動ができました。それまでの学習や準備が活かされ、実りある見学ができました。お店で売られているお土産とともに大切なお土産をもって帰ることができました。中学校生活の大切な思い出になりました。

## 職業講話

6月13日、二年生では職業講話として、会社を経営されているお二人の方にお越しいただき、お話をいただきました。お二人からは「夢をもつこと」「努力を続けること」「工夫をすること」「あきらめないこと」「相手の気持ちを考えること」などについて様々なエピソードを交えて話して頂きました。一時間足らずの講話でしたが中身の濃いものでした。お話を聞く姿勢や態度はとても立派でした。

## 音楽鑑賞教室

6月14日、二年生はオーケストラ鑑賞教室に参加しました。毎年市内の二年生が府中の森どりーむホールに集まり、オーケストラを鑑賞します。今年は東京フィルハーモニー交響楽団に演奏して頂きました。アンコールを含めて6曲鑑賞しました。途中には楽器紹介もありました。とてもきれいな音色で約一時間の鑑賞があつという間に終わってしまいました。本校も含め、市内の全ての中学校の鑑賞態度は素晴らしかったです。演奏そして鑑賞マナー共にとても気持ちの良いひとときでした。

## 地域学習

6月17日、一年生は地域学習として市内の史跡を巡りました。府中市観光情報センターの12名のボランティアの方々にご協力頂き、6つのコースに分かれて見学をしました。強い日差しにも関わらず、生徒はみんなボランティアガイドさんの説明に熱心に耳を傾け、たくさんメモをとっていました。近くにある場所なのに新しい発見がたくさんありました。この後の学習の成果が楽しみです。

7 月		
日	曜	行 事 等
1	金	
2	土	学校公開 保護者会 PTA 常任
3	日	週休日
4	月	朝礼 高校の先生の話聞く会 避難訓練
5	火	
6	水	地域清掃
7	木	都学力調査(2年) PTA パトロール SC
8	金	
9	土	週休日
10	日	週休日
11	月	朝礼
12	火	
13	水	
14	木	SC
15	金	
16	土	週休日
17	日	週休日
18	月	海の日
19	火	大掃除⑥カッター給食終
20	水	終業式 PTA あいさつ運動
21	木	夏季休業始 教育相談始 夏季水泳始
22	金	
23	土	週休日
24	日	週休日
25	月	
26	火	夏季水泳終
27	水	
28	木	
29	金	教育相談終
30	土	週休日
31	日	週休日