



新しい朝

府中市立府中第十中学校
学校だより No.4
令和元年7月20日

流れをつかむ

校長 竹内 康裕

「売れると身も心も軽くなります。」プロ野球を観戦していた時のことです。大きなタンクを背負いながらスタンドで飲み物を売り歩いている若者に注文をしたら、すぐに駆けつけてきてくれて笑顔で対応してくれました。元気な声で「ありがとうございました!」。嬉しそうです。売り上げが増えますし背負っている商品が軽くなります。すると、すぐに近くの席からも声がかかりました。「こっちにもちょうだい」「次、こっちね」。まず一つ売れたことで次々にお客さんから声がかかりました。「〇〇いかがですかー」という大声は必要なく、「はいっ!ありがとうございます。」「〇〇円のお返しです。」「ありがとうございました!」。勢いの良い明るい声が途切れません。勢いがさらに勢いを呼びます。あっという間に背中に重くのしかかった商品はなくなり、補給のために軽やかに走っていきました。最初の心地よいリズムや勢いが最後まで続きました。この若者が再びスタンドに戻ってきても、またお客さんたちと元気に言葉を交わすのでしょ。

野球のピッチャー特に先発は、まずワンアウトを取ると精神的に落ち着き、自分のリズムに乗った投球ができるそうです。「まずワンアウト」がその後の投球に大切な意味をもってくるのです。私たちも初対面の人と会うときは、幸先の良い出会いになるようにお互いが気を配ります。試合、面接、試験、仕事、商売など様々なことにおいて、「まず一つ」「まず一勝」が、いかに気分を良くさせてくれるか、機運を上げてくれるか、そしてその後の良い展開や関係を強く予感させてくれるかがわかります。

この機運は、気力が充実しているところにやってきます。心のリズムが良いところに現れます。不平不満や人の批判ばかりしているような、何もかもうんざりしたような雰囲気のところには、機運どころではなく、反対に災いが訪れかねません。良いこととそうでないことの見え方の差は人それぞれでしょうが、この法則とも言えるような出来事は誰にでも思い当たることのあるのではないのでしょうか。

それ故、私たちは毎日自分の「気」を充実させなければなりません。気持ちや心のリズム、行動を整えます。例えば早起きをしてさわやかな空気を胸いっぱい吸ってみたり、時間に余裕をもって行動してみたり、一呼吸おいてから慌てず行動したり、幼いころから躰けられてきたことを再確認します。明鏡止水、気持ちを引き締め、毎日のちょっとしたことを見直します。さわやかな環境や姿勢から素直な考えが生まれます。時間的にも精神的にも余裕のある行動を続けていると、落ち着きや多少のことには動じない、より深く強い心の持ち主になります。これまで霞のようなものに包まれて見えなかったものが見えたり、自分のやるべきことはこれだと、覚悟や確信が生まれたりします。滝に打たれたり山ごもりの修行のようなことをしたりしなくても、ちょっとした心掛けで自分の「気」を充実させることができます。そこから心のリズムが前に上に向かって活躍し始めます。

夏休みに入ります。充実した夏休みにするためには、「何を」「どのように」「どの程度まで」という計画と同時に、『自分の心のリズムや勢い』を意識し、良い機運・流れの中に居続けられるように心がけたいものです。毎日のちょっとした心がけで、前向きで、清々しく、活力のある自分でいられます。誰かの役に立つこともその中に入ります。さて、どんな「心がけ」にしましょうか?

保護者の皆様、地域の皆様、今学期も大変お世話になりました。目を外に向けると、社会は多様化し、事故・災害・犯罪などの件数や程度も年々大きくなっているように感じます。一方、本校の子供たちのエネルギーは純粋で真っすぐで微笑ましく、共に過ごしていると明るい将来を予感できます。長い休みに入ります。充実した時間をお過ごしください。

■ロ『ロータリー作文』入賞■ロ

6月29日(土)、ルミエール府中コンベンションホールにて、「第45回ロータリー作文」入賞者の表彰式がありました。

今年のテーマは「働くこと・人の役に立つこと」でした。自分の体験や・経験を通して感じたことや考えたことを深く考えるきっかけになりました。

【銀賞】

小野木 春音さん (1年)
鈴木 那歩さん (1年)
佐藤 菜々美さん (1年)
松橋 愛さん (3年)

【銅賞】

藤川 航多さん (1年)
峰村 明日香さん (1年)
表 愛莉さん (2年)
高橋 伶太さん (2年)
木部 采海さん (3年)
佐々木 日和さん (3年)



文木 莉那さん (2年)
市川 潤さん (2年)
吉田 光希さん (3年)

■ロ ボランティア活動 ■ロ

【地域清掃】

7月3日(水)生徒会主催の地域清掃を行いました。約200名の有志生徒が参加し、7か所(西府橋信号付近、谷保東遊園、富士見公園、西府第二公園、みなみっばら、仲良し広場、西文センター付近)に分かれて約一時間、地域のゴミを拾いました。一見きれいな道路や公園

も、よく見るとごみが落ちているものです。一生懸命にゴミを探す姿が印象的でした。PTAの皆様のご協力もいただき、清掃の後は冷たい麦茶でのどを潤しました。



【地域貢献プロジェクト委員会】



JAMイルズ主催のじゃがいも掘り会に地域貢献プロジェクト委員会も参加しました。受付の仕事を一生懸命行い、後半は、地域の方々と一緒にじゃがいもを掘りました。集められた参加費は、福祉施設に物品購入し、地域に還元します。



【五小・朝のあいさつボランティア】

7月9日(火)10日(水)、五小のあいさつ運動に参加しました。2日間で40人の生徒が参加しました。登校してきた小学生は中学生の姿を見て少しはにかみながらも元気よく「おはようございます」のあいさつをしていました。五小の先生からは、一緒にあいさつ運動に参加した小学生が「中学生と一緒にあいさつをして楽しかったです。」と帰りの会で発表していましたという報告もいただきました。

あいさつは自分の心をひらいて相手に近づく第一歩です。人と人とのコミュニケーションの入り



口です。笑顔で明るい声で、心をこめて“あいさつ”をすること。「あなたと良好な人間関係を築きたい」という心の表現です。

そして、大切なポイントは『自分から“あいさつ”をすること』です。

「あいさつの十中」の輪がさらに広がってほしいです。

【西府文化センターまつり】

7月13日(土)と14日(日)の2日間、西文まつりが行われました。地域貢献プロジェクト委員会、吹奏楽部、生徒会を中心としたボランティアの生徒たちが参加をしました。

《地域貢献プロジェクト委員会》 3年 石毛 勇武

私たち、地域貢献プロジェクト委員会は、西文まつりで野菜販売を行いました。開会式が終わった後、すぐにお客さんがきて、たくさん野菜を買ってくれました。売上は、福祉施設に還元します。購入してくださった方々、ありがとうございました。



(野菜販売の様子)



(野菜販売 PR の様子)

《吹奏楽部》 吹奏楽部部長 鈴木みづき

私たち吹奏楽部は、西文まつりに向けて5月から日々練習してきました。この2か月は長いようでとても短いものでした。1年生は入部したばかりでしたが、短期間で基礎などたくさん覚える必要がありました。また、2・3年生も後輩に教えながらの練習だったので、忙しい日が続きました。それでも練習を積み重ねていくうちに、部の全員が楽しめる音楽を創り上げることができました。当日は多くの方々が見守る中、緊張することもありましたが、最後まで全員で演奏することができました。また、演奏後の拍手によって、みんなの気持ちが高まるとともに、緊張感で不安だった気持ちが楽しさとなって、団結することができました。多少のミスはありましたが、このミスから感じた悔しさが今後の活動の糧となります。次は夏のコンクールに向けて、部の絆を深めていきたいと思えます。



(吹奏楽部演奏)



《ボランティア》

13日(土)は12名のボランティア参加生徒が青少対十地区街頭広報活動のお手伝いをしました。

14日(日)は6名のボランティア参加生徒が子ども広場で輪投げゲームやビンゴ大会のお手伝いをし、会場を盛り上げました。



(輪投げでお菓子取りゲーム)



(青少対街頭広報活動)

【クラシックギターを体験】

7月10日(水)、本校の体育館で府中の森芸術劇場教育プログラム事業の一環としてクラシックギタリスト、朴 葵姫(パク・キュヒ)さんの演奏を聴く音楽ワークショップが行われました。

朴さんは3歳からギターを始め、数多くのコンクールで優勝・受賞し世界的にも注目を集めるギタリストです。朴さんの奏でる音色や旋律は、とても心地よく世界中の美しい風景や情景を想像させました。特に朴葵姫さんを一躍有名にしたトレモロ奏法(単一の高さの音を連続して小刻みに演奏する技法)は、川が流れるような音楽になりギター音楽の秘めたる豊かさ・芸術的な可能性を感じることができました。

また、代表生徒・教員が朴さんとスペイン民謡の「禁じられた遊び」を一緒に演奏し、貴重な体験をすることもできました。



〈相談窓口紹介〉いじめ、友人関係、SNSトラブルなど、困ったときの相談は・・・

- ① 東京子どもネット・ケータイヘルプデスク (こたエール)
03-3500-5181(月～金 午前9時から午後6時まで、土 午前9時から午後5時まで)
- ② 府中教育センター 教育相談 042-360-4188(月～金 午前9時から午後5時まで)
- ③ 24時間子供SOSダイヤル 0120-078310

〈学校閉庁日について〉

8月13日(火)～16日(金)の期間は学校閉庁日、休業日として教職員が不在となります。また、そのほかの夏季休業日も平日は19:00～翌朝の7:30まで、土・日・祝日は全日、留守番電話応答メッセージになります。お問い合わせ等はこの期間以外にお願いします。ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

なお、事故の発生、生徒の身体生命にかかわるような緊急連絡については
府中市役所 042-364-4111にご連絡をお願いいたします。

〈標準服(冬服)の無料修理サービスについて〉

本校の標準服を取り扱っている「ヤスタ」と「田中屋」では、6月1日～7月31日の期間、標準服の丈出しやほころびの修理を無料で行っていますのでご利用ください。詳しくは取扱店にお問い合わせください。

— 8月28日笑顔で会いましょう。有意義な夏休みをお過ごしください —