

# 真澄

西条市立西条東中学校  
学校だより 9月号  
R 7.9.1

〒793-0006

西条市下島山甲 865 番地

<http://saijo-higashi-j.esnet.ed.jp>



## 「迷ったときは…」

校長 河本 哲

今年の夏も昨年同様暑い夏でした。そんな中、東中生は、県総体、四国総体、全日本合唱コンクール、高校体験入学、西条市内中学生人権・同和教育研修会、生徒会リーダー研等の熱心な取組が続きました。

さて今月は「迷ったときどう動くか」について、今年の夏の体験を書きます。

私は今年、毎年7月参加してきた「富士登山競走」にエントリー手続きが遅れ、大会に参加できませんでした。エントリーミスは自己責任であり、しばらく立ち直れませんでした。しかし、自分のミスで自分がやる気を失ってもただ自分が損するだけです。来年の完走を目指し今できることを探すことにしました。

この思いを受け止めてくれる大会を見付けました。世界文化遺産“富士山”山麓一周フットレース。累積標高は2000m。距離は100 km。夜23:00スタートで翌日の16:00まで(17時間以内)に富士山麓を1周することが完走の条件です。

完走は厳しいかと不安になる気持ちもありましたが、思い切って出場することに決めました。坂があるなら坂を上る練習が必要。夜通し走るなら夜走る練習が必要。これまでもうまくいかなかった理由は、事前にやらないといけないのにやっていないことでした。

そこで、7月と8月は、坂を上る練習と夜走る練習をしました。夕食後から寝るまでの間は昼間より涼しく、意外と時間はありました。

大会当日、後半の暑さは想定以上、下り坂の蓄積ダメージで足が動かなくなり、残り18 kmは歩いてしまいました。なんとか制限時間内の16時間28分でゴールしました。

あの夏は暑かったと振り返るときがあれば、今年の夏が思い出される、最も過酷な夏でした。

何をしても、期待通りに物事は進まないし、不安や悩みも尽きることはありません。それでも、迷ったときは動かないより動く方を選択してみることをお勧めします。

西条市中学校総合体育大会を勝ち抜いた選手の皆さんが、夏休み中、西条市の代表として、県大会、四国大会でも活躍してくれました！どの種目の選手の皆さんも、粘り強い感動的な試合をしてくださいました。

応援やサポート、車出し等をしていただいた保護者の皆様、応援に来てくださった地域の皆様、ありがとうございました。

## 愛媛県中学校総合体育大会

### 団体の部

**バスト8** 男子卓球部



### 個人の部

#### 卓球女子

シングルス **1位** 寺田紗彩 (四国大会出場！)

#### 卓球男子

シングルス **バスト16** 久米遼 **バスト32** 横井諒一

ダブルス **3位** 一色昊・三浦蓮ペア

**バスト8** 越智晟真・西森唯人ペア

#### 陸上男子

走幅跳**4位** 藤田陽向

(四国大会出場！)

#### 陸上女子

800m**8位** 久保日鞠



#### 柔道女子

階級別**2位**

檜垣尚花

(四国大会出場！)

階級別**4位**

寺田花鈴

(四国大会出場！)



## 四国中学校総合体育大会

### 個人の部

卓球女子 シングルス

**バスト16** 寺田紗彩



## 全日本合唱コンクール愛媛県大会

7月27日(日)、全日本合唱コンクール愛媛県大会が西条市文化会館で行われ、音楽部が出場しました。

開会式直後の最初の出場校でしたが、緊張を感じさせず、美しい透き通った歌声をホールに響かせてくれ、合唱後は会場からの大きな拍手につつまれました！

音楽部の皆さんお疲れ様でした！また、伴奏を務めてくださった伊東先生、ありがとうございました。

保護者の皆様も、サポートや会場でのご観覧ありがとうございました。



## スポットクーラーを寄贈していただきました

7月25日に、社会福祉協議会玉津支部様より、スポットクーラーを武道場に寄贈していただきました。

猛暑日が続く中、武道場は気温40℃を越えるときもあり、扇風機をかけてもサウナのような状態でした。スポットクーラーを設置してからは、室温と湿度が格段に下がりました。夏休みの早い段階で寄贈していただいたおかげで、夏休み中の部活動時に、生徒が熱中症になることなく活動することができました。

本当にありがとうございました。今後も大切に使っていきます。

# 9月

日	曜	主な行事予定
1	月	始業式
2	火	センター給食開始 PTA常任理事会 スクールカウンセラー来校 3年学力診断テスト(～3日)
9	火	スクールカウンセラー来校
11	木	小児習慣病予防検診・貧血検査
15	月	敬老の日
16	火	3年生ジョブチャレンジ(～19日) スクールカウンセラー来校
20	土	実用数学技能検定
23	火	秋分の日
24	水	人権・同和教育校内研修
25	木	生徒総会
26	金	市新人壮行会
30	火	市新人大会(球技・柔道) スクールカウンセラー来校

# 10月

日	曜	主な行事予定
1	水	市新人大会(球技・剣道)
2	木	市新人大会(球技)
3	金	英語検定 修学旅行説明会(19:30体育館)
4	土	親子奉仕活動(3年生・PTA)
6	月	部活動停止(～9日)
7	火	SC来校
8	水	市新人大会(陸上)
9	木	中間テスト(～10日)
10	金	新入生体験入学
13	月	スポーツの日
14	火	SC来校
15	水	地方祭(朝登校)伊曾乃神社
16	木	臨時休業日(地方祭)伊曾乃神社・飯積神社
17	金	臨時休業日(地方祭)飯積神社
21	火	SC来校
24	金	漢字検定 修学旅行事前健康診断(2年)
25	土	県新人大会(陸上)
27	月	命の授業(2年)
28	火	SC来校
31	金	文化祭準備