

西中だより

勇往邁進 つながれ西中

神戸市立西落合中学校

<http://www2.kobe-c.ed.jp/noc-ms/>

「ゴールテープ間際の

もうひと頑張りを！」

教頭 長井 功

3月に入りました。3月3日は雛祭り、「桃の節句」ですが、「桃」という字は、「木」へんと「兆」という文字からなります。「兆（きざし）」は、「何かが起こり始める」ことを意味しますから、「桃」は何かが起こることを予感させる木ということでしょうか。また、「兆」に「てへん」をつけると「挑」、「しん」によつて「逃」となります。何か素晴らしいことを予感し期待して、「挑戦」（いどむ）ということになります。うかうかしていると、そのチャンスは「逃」げていってしまうことがあるかもしれません。「終わりよきものは、すべてよし」という言葉をシェイクスピアが「ハムレット」で残していますが、この3月は、今年度のいい締めくくりを意識して生活しましょう。

ところで、ゴールが見えると、急にやる気をなくしたり、これまでの努力を継続しなくなったりする人がいます。しかし、勝敗の決定というのは、ゴール寸前の紙一重で決まることが多いものです。たとえば、100mを走るのにゴールラインでぴたりと止まる人と、ゴールラインは通過点だと思って走り抜ける人と、どちらがいいタイムを出せるでしょうか？ ゴールラインで止まる人は、せっかくそれまでリードしていても、ゴールラインを走り抜けた人にゴール寸前で抜かれることでしょう。

北京オリンピックの日本代表競泳チームに脳科学の専門家として参加した林成之教授の「勝負脳の鍛え方」という本に、平泳ぎの北島康介選手が世界一にな

ったエピソードが紹介されています。北島選手は、「ゴール前に弱い」とコーチに以前から言われていたそうです。決して体力が持たないという問題ではありません。それは脳の機能の問題だったそうです。脳は、「ゴールが間近だ」と思ったら、失速を始めます。つまり、ゴールが見えると、脳はもう達成したかのように思うてしまうわけです。顕在意識の中では必死で泳いでいるのですが、顕在意識よりも膨大な潜在意識が達成した感覚に満たされると、発揮していた力が低下していくのだそうです。

そこで、林教授が提案して、北島選手がとった方策というのが、壁をタッチし、振り返って電光掲示板を見るのがゴールだということを頭に刷り込ませることでした。つまり、北島選手の場合、壁をタッ



チしてもまだゴールではないのです。そうすると、タッチの瞬間まで最大限の力が発揮されます。何か目標を持った行動をしている場合、それ自体を目標にするのではなく、それよりももう一歩先にゴールを設定するということが、ゴール直前で逆転する秘訣なのです。

せっかく努力を積み重ねてきたのに、もうひと息のところまでやめてしまって功績を残せないことを、「九仞（きゅうじん）の功（こう）を一簣（いっさい）に虧（か）く」といって、中国春秋時代の思想家で儒家の始祖、孔子が論語の中でいましています。あと一息で完成するという時にやめてしまうのは、自分自身のせいであり、他に責任を転嫁することはできないと述べています。

この最後の締めくくりの3月、水が昇華して蒸気になるがごとく、これまでの取り組みが大きな成果となるよう、もうひと踏ん張りして欲しいと願っています。

37回生 とともにいこう～一致団結～

37回生が卒業するまで、あと9日です。中学校生活の3年間で、身体も心も随分成長しました。ご家庭では、学校へのご支援をたくさんいただき感謝しています。卒業式では、義務教育の最後を飾るにふさわしい、立派に成長した姿を披露することができるでしょう。お忙しいとは思いますが、是非足をお運びください。



第37回卒業証書授与式

1. 日時 平成30年3月9日(金)
午前10時 開式
2. 場所 本校体育館
※在校生代表として、2年生全員と1年生の代表生徒が式に参加します。保護者の方は、9時20分から9時40分までにご入場ください。

表彰の記録

神戸っ子アートフェスティバル

出 品

- □□(3-1) □□ □□(3-2)
- □□(3-2) □□ □□(3-3)
- □□(3-3) □□ □□(3-3)
- □□(1-3) □□ □□(1-3)
- □□(1-3) □□ □□(1-3)
- □□(1-3)

須磨区合同書道展

出 品

- □□(3-3) □□ □□(1-3)

のじぎくカップ神戸地区ソフトテニス大会

女子個人の部

- 5位 □□ □□(1-2) □□ □□(1-1)



3月の行事予定



日	曜	予 定	給	部
1	木	学年朝集	○	○
2	金	三送会	○	○
3	土			
4	日			
5	月	全校朝集	○	○
6	火	専門委員会 学年協議会	○	○
7	水	全校協議会	○	○
8	木	学年朝集 授業4Pまで 午後卒業式準備	×	×
9	金	卒業式	×	×
10	土			
11	日			
12	月	全校朝集 公立一般入試	12	○
13	火	校外学習(1年) 総合学科実技	2	2
14	水		12	○
15	木	学年朝集 キャリア教育講演会(2年)6P	12	○
16	金	盲導犬出張講座(1年)3,4P 授業4Pまで	×	×
17	土			
18	日			
19	月	全校朝集 公立一般発表	12	○
20	火	球技大会(2年)3,4P 授業4Pまで	×	×
21	水	春分の日 かにっこまつり		
22	木	学年朝集 球技大会(1年)3,4P 授業4Pまで	×	○
23	金	終業式 集会 HR 大掃除	×	○
24	土			
25	日			
26	月			
27	火	落合中央公園クリーン作戦		
28	水			
29	木			
30	金			
31	土			

4月の主な予定

- 9日(月) 離任式・始業式
- 10日(火) 着任式・入学式

(※裏面もご覧ください。)

2年 幼児ふれあい体験学習

「ふれあい体験活動を終えて」

2年2組 □□ □□

「これ少しあげる」・・・教室で豆まきをしているとき、男の子が何も持っていなかった私を気づかせてくれて紙で作った豆をくれたことが印象に残っています。気づかうということが、もうできることに驚いたうれしかったです。他にも「〇〇ちゃん次あれやで！」と教えてあげている子もいてびっくりしました。

子供たちとたくさん活動できてとても癒されたし、楽しかったです。先生たちがどんな風に接しているかということも勉強できました。鬼役をしたときに、子供たちはけっこう本気で投げてきたときは少し怖かったけれど楽しそうでうれしかったです。あっという間の2時間でした。

2年 ものづくり体験

「ものづくりの楽しさ」

2年1組 □□ □□

僕は、今回のものづくり体験館でのものづくり体験において、ものをつくる楽しさを知ることができました。

僕は金属加工をして作るシルバーリングを体験しました。初めにいすに座った瞬間に目にとまったのは、



ピカピカで仕上がりがすごくキレイなシルバーリングの写真でした。その写真は僕たちに「これくらいに仕上げて」と言っているように思えて、無理なことをやらされるような気分になりました。でも、講師の方の手助けを受けながら、一つ一つの作業を進めていくと、その写真にだんだん近づいていき、シルバーリングになってきて、プロの知恵はすごいなと思いました。

そして何より、講師の方が難しい作業を淡々とやってのけるのがすごいと思いました。思わず「すげえ」とつぶやいたら、「これがプロやで」とかっこいい言葉をいただき、プロになるとこんなにかっこよくなるんだと思いました。

今回のものづくり体験で学んだことは、一つ一つの作業過程に意味があるということです。そして、その一つ一つをこなして、達成感が得られるということです。僕も、一日一日を意味のある、達成感が得られる日にしたいと思いました。



1年 表現ワークショップ

「ZTONを終えて」

1年1組 □□ □□

最後のZTONは、「アクション伝言ゲーム」が自分には一番難しいと思いました。1回目は一番最初の順番だったけれど、指定された動物をどうやって表現するかがとても難しかったです。自分は分かってても、相手が分かるように表現するためには何が必要だったかを知りたいです。

ストーリーを順番に作るのも、何を言うかによって

話は変わっていくので、おもしろくなったりおかしくなったりして、とても楽しかったです。このゲームを

しているときに、あまり話したことがない友達とたくさん話すことができ、ミサイ



ルを片手で投げたり「シチューで顔を洗って」など、すごく笑えることを言っていた人もいて、友達の新しい面を発見できたと思いました。

ZTONの授業を3回受けて、自分の見方と相手の見方は違うことが分かりました。そして、話すことができないときに口パクで伝えるのは、女子には通じるけれど男子には通じなかったので、手で表わしたりしたので、男女の違いがあることがこの授業でよくわかりました。コミュニケーションの力は日常生活でつけられると教えてもらったので、いろんな人とたくさん話をして、コミュニケーション力をつけたいと思いました。来年も「ZTON」の表現の授業を受けたいです。



全国体力・運動能力、運動習慣等調査

1学期に実施しました「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果が、この度、スポーツ省から届きましたのでお知らせいたします。

神戸市の中学2年生は、50m走、20mシャトルランは全国平均に到達しており、スピード（すばやさ・力強さ）や全身持久力（粘り強さ）が身についています。一方、長座体前屈は、全国平均を特に下回っており、柔軟性（体の柔らかさ）に課題があることがうかがえました。

本校の2年生の結果でも、上記と同様の結果でした。

これをふまえ、今後、柔軟性については体育学習の中で継続的に取り組んでいきたいと思えます。また、ご家庭でもお風呂上がりにストレッチをするなど一声かけていただければと思います。よろしくお願いいたします。

平成30年度 1学期の主な行事予定

- ・家庭訪問 4月20～25日
- ・各学年保護者会・PTA総会 4月27日
- ・2年生野外活動 5月12・13・14日
- ・1年生野外活動 5月23・24日
- ・3年生修学旅行 6月7・8・9日
- ・1学期終業式 7月20日
- ・オープンハイスクール 8月21・22・23日
- ・夏季授業日 8月29・30・31日

（予定は変更があるかもしれません。ご容赦ください。）