



# ー中だより

第8号

令和7年12月25日

町田市中町1-27-5

TEL 042-722-2420

FAX 042-721-4407

## ～そ・わ・かの法則～

校長 風間 茂

終業式を迎える皆さんは等しくこの116日間の2学期を過ごしてきました。楽しいことも苦しいことも様々なことがあったことでしょう。そんな2学期を乗り越え、今日を迎えることができました。ですから、皆さんには、必ず自分で自分をしっかりと褒めてください。たとえ悔しい思いをたくさんしたとしても、全ての経験が成長につながっています。無駄なことなど一つもありません。そしてこの節目に、自分を成長させてくれた2学期に対して感謝の気持ちを向けてください。

さて、間もなく今年も終え、新年を迎えます。そこで、作家の小林正觀さんの「そ・わ・かの法則」についてご紹介いたします。これは、「掃除、笑い、感謝」の言葉の頭文字を取ったもので、人生がより豊かに、幸せに生きていくための3つの真理だそうです。そこで、これらについて考えてみます。

まず、「そ：掃除」についてです。例えば、寝る前に部屋が散らかっていたとします。そのとき、疲れているからそのまま寝てしまうと、翌朝目を覚ましたときに、散らかった部屋で目を覚ますことになります。一方、疲れていても部屋を片付けてから就寝すれば、整った部屋で目覚め、爽やかな気分で一日を始めることができます。また、学校での掃除当番は、誰が汚したか分からぬ部屋をきれいにします。しかし、そこを次に使う人にとっては大変ありがたいものです。これは直接自分のためになる勉強などと違って、他の人のためになる尊い行為です。今は年末のちょうど大掃除の時期です。皆さんも自分や家族や周囲の人のために掃除をして、すがすがしい新年を迎えてください。

次に、「そ・わ・かの法則」の「わ：笑い」です。笑うことで自己免疫力が高まるなど医学的にも立証されているそうです。一方、怒ったり不機嫌であったりすると、体調を崩しやすいとも。また、笑うためには、大きな心が必要です。相手の失敗を責めるのではなく、寛容な心で笑って許すことができたらうれしいです。「笑う門には福来る」と言います。この節目に自分を褒めて笑顔で過ごし、自分も周囲も幸せにしてください。

最後に、「そ・わ・かの法則」の「か：感謝」です。このことについては、以前AINシュタインの「娘に送った手紙」でも紹介しました。この宇宙で最大のエネルギーは愛で、全ての困難に打ち勝つ力があるそうです。一年の締めくくりに、自分とその体、その周囲、親・家族、友人、先生、近所の方、お世話になった全ての人に対して、今自分が在ることは支えくれている人のお陰様と感謝の気持ちを向けてください。

どうぞ皆さん、この一年を振り返り、自分を褒め、掃除・笑い・感謝を心掛け、良い新年を迎えてください。

## ★職場体験学習 <2学年> 11月19日(水)～21日(金)

11月19日(水)～21日(金)まで3日間職場体験学習が行われました。体験先事業所数は84か所となり多くの事業所のご協力で行われました。この職場体験学習は進路学習の一環として取り組まれ、将来、進路選択・職業選択の一助となればと思っています。

生徒たちは、1日目は緊張し、事業所の方から説明を受けて取り組む姿が多く見られました。しかし、3日目には、社員のように段取り良く取り組む姿に変容し、頼もしさを感じました。ある事業所では事業所のクリスマスツリーの飾り付けで、センスの良さを發揮していました。保育園では園児の元気の良さに圧倒され、げっそりと疲れた表情で取り組んでいる生徒や、園児たちから「さよならしないで」という意味からか最終日には抱きつかれていたる生徒もいました。また、日頃早朝から落ち葉掃きをする経験が少ないので、地域の方々から「おはようございます」や「ごくろうさま」など声を掛けられうれしさを感じていた様子でした。食品販売店では食材を丁寧に洗い下ごしらえの準備を行い、販売までの変化を体験できたり、農業体験では芋を傷付けないように丁寧に掘り上げたりと、様々な体験をしており、今回の職場体験学習を通じて貴重な経験ができたと思います。

このような機会を頂き、近隣の事業所の方々と保護者の方々のご理解・ご協力に心からの感謝を申し上げます。ありがとうございました。



## ★学習発表会 <わかば学級> 12月5日(金)

12月5日（金）きりとした冬晴れの中、ひなた村カリヨンホールにて、4校合同の学習発表会が行われました。各中学校の強みが活かされた構成はまさに一年間の集大成。和太鼓、ベルの演奏や舞踊を交えた演劇に対しほぼ満員の会場から声援が送られました。わかば学級では、「なんてったってアーティスト！」という演劇に取り組み、全員が「主人公」であるという意識をもって、そこに込められたメッセージを表現しました。一人一人の熱意が結集された完成度の高い作品に仕上がり、生徒も満足げな様子でした。ご協力、誠にありがとうございました！



## ★がん教育 <2学年・わかば学級> 12月16日(火)

～がんについて一緒に考えよう～

神奈川県がん連盟がん教育講師の大友明子様を講師にお招きし、「がん教育」を実施しました。

「がんを正しく理解する」という目標の下、周りの人々ががんになったら自分たちに何ができるか、自分ががんにならないために、なった時に行動できるようにしようと、がんの基本的な知識と大友様のご経験を交えながら命の大切さを学び貴重な時間を過ごすことができました。がんだけでなく、他の病気についてもそうですが、正しく理解するための第一歩は正確な情報を得ることです。感情的な判断や誤った情報に惑わされないために、信頼できる情報源を利用し知識を得ることが大切です。この授業を踏まえ、これからも「自分に何ができるのか」何事も自分事として考えながら、自分、家族、そして周りの人々を大切にする気持ちを忘れず、すてきな大人になってほしいと願っています。



## ★部活動等で頑張っています！ 今年もよく頑張りました。良いお年をお迎え下さい！

### 【陸上競技部】

#### ★町田市民スポーツ大会陸上競技大会

日時：	11月1日(土)	成績：	種目	順位	記録	氏名
1年男子100m	1位	12秒71	T. N. (1-5)			
3年男子100m	1位	11秒43	T. M. (3-7)			
3年男子1500m	3位	5分57秒	K. I. (3-A)			
1年男子砲丸投げ	3位	5m03cm	H. K. (1-5)			
2年男子砲丸投げ	1位	8m22cm	D. T. (2-5)			
3年男子砲丸投げ	3位	7m800cm	S. A. (3-A)			
3年男子走幅跳び	3位	4m52cm	I. T. (3-1)			
2年女子走幅跳び	3位	4分57秒82	H. N. (2-3)			
2年女子走幅跳び	3位	4m17cm	R. U. (2-3)			
1年女子走高跳び	1位	135cm	H. T. (1-6)			
一般男子1500m	1位	4分11秒79	S. O. (わかば教員)			
一般男子5000m	2位	16分18秒59	S. O. (わかば教員)			

多くの生徒が自己ベスト更新＆入賞することができました。練習の成果が見られました！

### 【税の作文】

#### ★令和7年度税の作文

成績： 東京幹税府書組合総連合会長賞： S. T. (3-1)  
町田税務署長賞： T. H. (3-5)

T. H. 君は12月3日(水)、「一日税務署長」を務めました！

### 【硬式テニス部】

#### ★関東大会（女子団体）

日時： 11月22日(土)  
成績： 1回戦： vs. 宝泉（群馬） 4-1勝利！  
2回戦： vs. 東海大相模（神奈川） 2-3惜敗、ベスト16！  
Y. S. (2-2) R. T. (2-7) F. T. (2-2)  
A. K. (1-4) K. T. (2-6) M. K. (2-2)  
Y. A. (2-5)

全力で頑張りました！！

## ★命の大切さを学ぶ教室 <全学年> 12月10日(水)

2002年1月、当時19歳だった息子さんを、飲酒運転による死亡ひき逃げ事故で亡くされたご遺族にご講演いただきました。

被害に遭われた息子さんの生い立ちから、交通事故の生々しい状況、その後のつらい気持ち、そして裁判に至るまでの長い道のりを、涙ながらに語っていました。また、ご遺族として飲酒運転の厳罰化、法制化にもご尽力され、23年以上経った現在も今日のように全国各地で講演されています。



## ★交通安全教室 <全学年> 12月19日(金)

5・6校時、スタントマンを活用した交通安全教室を実施しました。当日は、町田警察署交通安全課の方による講話、シャドウ・スタントプロダクションの方々による交通事故の再現が行われました。警察の方からは、交通ルールを守ることの大切さ、責任についてのお話があり、生徒たちは真剣な表情で聞いていました。スタントマンによる事故再現では、実際に車とスタントマンがぶつかるときの衝撃、自転車が壊れてしまう場面などを目の当たりにして、交通事故の怖さを改めて知ることができました。



一人一人が基本的な交通ルールを守ることが、交通事故防止につながります。登下校を含め、普段の生活から意識をして、安全な生活を送ってほしいと思います。



### ★町田市大会

日時： 11月23日(土・祝)

成績： <男子団体> 優勝！  
R. A. (2-2)  
A. M. (1-5)  
Y. T. (2-6)  
S. T. (2-3)  
<女子団体> 優勝！  
Y. S. (2-2)  
F. T. (2-2)  
K. T. (2-6)  
Y. A. (2-5)  
A. K. (2-1)  
Y. T. (2-5)  
K. H. (2-2)  
S. M. (1-2)  
E. F. (1-3)  
R. T. (2-7)  
A. K. (1-4)  
M. K. (2-2)  
E. T. (2-1)  
A. M. (2-6)  
S. T. (2-6)

みんなの力で男女とも優勝しました！！

### 【朝食レシピコンテスト】

#### ★2025年度町田市立中学校朝食レシピコンテスト

成績： 入選： I. K. (2-1)  
入選： M. N. (2-3)

元気が出る朝食を作りました！

### 【サッカーチーム】

#### ★第70回東京都中学校サッカー新人大会

日時： ~11月16日(日)

成績： <7支部予選>  
第一試合： vs. 日野第一 3-0  
第二試合： vs. 浅川・城山 2-0  
第三試合： vs. 石川 1-0  
<代表決勝トーナメント>  
1回戦： vs. 工学院 5-0  
決戦戦： vs. 三沢 4-0 都大会出場決定！  
<都大会>  
1回戦： vs. 開成 0-2 惜敗

目標としていた都大会出場を果たすことができました！

来年夏の大会では、「都大会ベスト16」を目指し、取り組んでいきます！！