



『体育祭に向けて一目標をたてるということ』

校長 鈴木和宏

2026年度がスタートして約1か月が経ちました。1年生の皆さん、中学校の生活には少しは慣れましたか。これから部活動や大きな行事も本格的に始まっていきます。是非、新しい経験を楽しむつもりで取り組んでいってください。2・3年生の皆さん、それぞれ1学年進級し、また新たな気持ちで学校生活を送っていると思います。昨年度と同じ取り組みでも新たな発見や学びがあるはずです。是非、その気づきを楽しんで取り組んでいってください。これから自分がどうしたいか・どうあるべきかを考えるとき、自分の目標などを設定すると思います。皆さんは、今年1年間でどのようなことをがんばりたいか・達成したいかなどの見通しや目標をたてました。学年や担任の先生が作成した学年だよりや学級だよりを読むと、一人ひとり、今までの自分の取り組みを振り返りながら、しっかりと決意を示しているなあと感じました。

さて、目標について自分の経験で一つ思い出されることがあります。それは、今から20年以上前のことです。私が小学校の先生になり1年目のときでした。職員室の私の机の上に「国営昭和記念公園トライアスロン大会」の募集要項があったのです。若かったこともあり、体力には自信があったのですが、やったこともないトライアスロンの募集要項が自分の机に…。しかも、その紙の上のほうに小さい字で「鈴木先生、申し込みました。」と。頭が混乱しました。結果的にその日の放課後に全容が分かることになるのですが、「このトライアスロン大会に、私を含めた5年生担任だった3人が出場する。」ということだったのです。トライアスロンはスイム(水泳)・バイク(自転車)・ラン(長距離走)の3種目を連続して行う競技です。申し込みは「リレー」でのエントリーであったため、一人一役ということで私は20kmのバイクを担当することになりました。他の2人の先生は、経験者で結構本格的にやる方々だったので、「自分も単に参加するだけでは…」という思いもあって、「20kmをどのくらいのタイムで走破するか。そのためには、どのような練習スケジュールをたて、メニューをこなしていけばよいか…」など専門性はないにしろ、情報を収集しながら当日に向けて頭と体を使いながら取り組みました。

迎えた当日、他の2人は、当たり前のように表情も緩やかで全然余裕そうなのに、私だけ顔が強張っていて、何かこれから罰ゲームでも受けるような、この場に居ることが相応しくないようなそんな状況だったと記憶しています。先のスイムの先生のスタートを見届け、自分もバイクのスタート地点に向かいました。いよいよ出番です。前の先生から「鈴木さん、大丈夫。がんばって。」とバトンを受け、必死にペダルに靴を合わせます。靴が思うように定まらずに、脱げてしまい、とにかく焦ってスタートしたことを今でも覚えています。バイクが一定のスピードに乗ってからは疲れることすら感じることもできず無心で、昭和記念公園の外周5キロコースを4周駆け抜けました。周りの観衆の声援を感じる余裕もなく…。そして、何とか完走し、次のランの先生に「お願いします…」とバトンを渡すことができました。チームとして最大の懸念点であった私がバトンをつないだことで、チームとしても完走でき、結果として記録が認定された、そんな大会でした。ところで、個人の結果はどうだったのでしょうか。20kmを42分で走破という目標を自分で設定していたのですが、何とか達成することができました。また、何よりも学年を組んでいる先生方とチームとして一つのことに真剣に向き合って取り組めたという充実感でいっぱいだったことを今でも忘れません。

このトライアスロン大会の目標設定で私は2つのことを学びました。第一に、チャレンジ精神と具体的なビジョンをもつことです。きっかけは他愛もないことかもしれませんが、自分なりに少しでも負荷をかける設定をし、それに向けてできるだけ具体的に何をやるのかをしっかりと決め、実行することです。その取組が結果的に、個人の目標達成につながったのです。第二に、他の人とのかわりを意識するということです。元はといえば、無理矢理学年の先生が私をトライアスロン大会に引っ張ったとも受け取れますが(事実そうなのですが…)、実は、学年の先生方が私に学年で連携して取り組むことの大切さや自信をもつことを実感させるためにあえて、この大会にエントリーしたとのことでした。私は、あきらめることなくリレーのバトンを繋ぐという他の先生と直にかかわるこの経験がきっかけとなり、周りの先生と同じように自信をもって子供たちを指導することができるという気持ちをもつことができるようになるきっかけだったと当時を振り返って思います。

今月の下旬は、体育祭ですね。体育祭は、「自分を試す場」であり「仲間とつながる場」であり、「学校全体が一つになる場」を用意しています。そのような貴重な機会こそ、しっかりと自分の目標を設定し、取り組んでみましょう。体育祭は一日で終わりますが、その日の思い出や学びは一生残ります。

そして、このような様々な機会の積み重ねを通じて、今から1年後の自分が、今の自分に手紙を書いたとしたら、どんな言葉かけられるでしょうか。「もっとがんばれ」でしょうか。それとも「よくやった！」でしょうか。その答えは、これからの皆さんの取組次第です。

(2026年5月11日の全校朝礼の校長講話より)

セーフティ教室

4月28日(火)に全校生徒を対象にセーフティ教室が行われました。東京都ファミリーeルール事務局の方を講師としてお迎えし、生徒たちがSNS等で被害に遭わないことを目的に、「ネットの使い方」や「ネットいじめ」の怖さについて講演を行っていただきました。軽い気持ちでSNS等でシェアしたデータは様々な人たちに拡散される恐れがある等、被害者にも加害者にもなりうるという事例を学び、具体的なトラブルの事例も紹介され、生徒たちは真剣に聞いていました。



体育祭練習が始まりました

5月15日(金)から、体育祭練習が始まりました。校庭に生徒の大きな声が響いています。各色別のダンスの練習や行進、ラジオ体操にも、さすが3年生、しっかりとした動きを1・2年生に見せています。後輩に対する声かけも「ここは大きな声で！」とダンスリーダー中心に、後輩に指示を出し、趣向を凝らしたダンスが見られ、当日が楽しみです。



引き渡し訓練



5月20日(水)に災害時を想定した引き渡し訓練を実施しました。大きな災害や風水害などの緊急時に、生徒を安全かつ確実に保護者の皆様へ引き渡すことを目的として行いました。

訓練では、学年教員の指示のもと、生徒たちは落ち着いて各教室で待機し、一人ひとり確認を行いながら、保護者の皆様へ引き渡しました。保護者の皆様にも、受付や確認にご協力いただいたことで、スムーズに訓練を進めることができました。

◎熱中症対策について◎

本校では登下校時に限り日傘や帽子の着用が認められております。首に巻くように使用する冷却素材の着用も可能です。ただし、落下した際に危険が生じるため電動式の装置は禁止です。お願いいたします。

また、学校では、体育の授業、体育祭練習、部活動等において休息をとったり水分補給の時間を設けたりして熱中症対策を行っております。5月に入り気温が高い日が続いておりますので、ご家庭におかれましても、生徒が水分補給ができるよう、多めの水分をお持たせいただくなど、お子様の体調管理や必要な熱中症対策をお願いいたします。

体育祭について

日程、プログラムについて、5月7日(木)に **tetoru** で配信いたしました。

受付は、午前8:20～、午後は13:05～となっております。当日も高温が予想されます。

保護者の皆様も、暑さ対策をお願いいたします。

- ・当日は、PTAネームプレートをご用意ください。
- ・車・オートバイでの来校はできません。自転車をご利用の場合は、体育館裏付近の駐輪場をご利用ください。
- ・雨天等の延期については一斉配信アプリ **tetoru** でお伝えいたします。※雨天時、生徒は通常授業となります。
- ・昼食場所として体育館を開放いたします。
- ・観戦スペースを確保するため、競技中のレジャーシートなどの使用はご遠慮ください。

(折り畳みイスに座っての観戦は可能です。)

多くの保護者の方に生徒の頑張りをご覧いただくため、ご協力をお願いいたします。