



凡事徹底

内子中学校長 西本 晃

第17回内子町駅伝競走大会に参加しました

昨年に続き、第17回内子町駅伝競走大会が21日（日）に行われ、本校からも1・2年生が部活動単位で出場しました。

結果は、中学生男子の部でサッカー部が優勝、女子の部でバスケットボール部が優勝、ソフトボール部が準優勝しました。また、個人でも、5区間中、男子が3区間、女子は全区間で区間賞を受賞しました。おめでとうございます。

なお、結果も大切ですが、それよりも、どの生徒も一生懸命走り、タスキを最後まで繋ぐことで、多くのことを得ることができたことが一番の収穫だと思います。

走るとは全ての競技の基本であると同時に、心を強くすることができ、必ず部活動での成果に繋がります。今回の経験を基に、更にチーム一丸となって頑張りたいと思います。

また、昨年に続き、アテネオリンピックで5位入賞を果たした土佐礼子さん、神奈川大学で箱根駅伝優勝の経験のある岩原正樹さんにも参加していただき、大会に花を添えていただきました。



義務教育最後の定期テスト(3年生)

17日～19日の3日間、3年生にとって9年間の義務教育最後となる定期テストを行いました。3年生の皆さんは自分の力をしっかり出し切ることができたでしょうか。

1月に入り、実力テスト、私立高校推薦入試、そして今回の学年末テストとテストが続き、睡眠不足になっている人がいるかもしれません。

焦る気持ちがあるとは思いますが、体調を崩すと元も子もありませんので、休養（睡眠）、栄養、運動を大切にしてほしいと思います。それが、免疫力アップにつながり、新型コロナウイルスやインフルエンザへの感染防止に効果があります。



面接練習も頑張っています

現在、私立高校一般入試、県立高校推薦入試等に向け、昼休みや放課後などを利用し、校長と教頭による面接練習を行っています。

事前指導として、3年部の先生方に特訓していただいております、どの生徒もしっかりと自分の考えが言えるようになっていきます。

受験本番では、きっと緊張すると思いますが、普段通りの自分がしっかり出せるよう、本番のつもりで練習に励んでほしいと思います。

なお、緊張すると、どうしても頭が真っ白になったり、早口になったりすることが多いようです。今一度、か（簡潔に）、い（印象深く）、わ（分かりやすく）を大切に、落ち着いて自分の良さが伝えられるよう、イメージトレーニングしておいてください。



教職員のつぶやきコーナーより

自分を追い込むことも大切

今回は、人生を動かす名言集より、作家の城山三郎さんの言葉を紹介します。

それは・・・

『背伸びして視野を広げているうち、背が伸びてしまうこともあり得る。それが人生の面白さである。』という言葉です。

身の丈にあった目標を持ったり、仕事をしたりすることは悪いことではないが、時には、目標を一段高くしたり、よく分からない目標にチャレンジしたりしてみてもいいのではないかという提案です。

背伸びをして自分で自分を追い込む羽目になるのだが、その分、人間は自分を繕うべく必死で学び、努力する習性があり、今できないことは、いつかできることでもあるということです。

ちょっと無理かなと思うことやとんでもないことをとりあえずやってみることで、自分の知らない自分が発見できるかもしれませんね。「凡事徹底+α」の考え方の基、皆さんの挑戦を楽しみにしています。