



福中だより

☆☆☆教育目標☆☆☆ 希望 創造 潤い

昭島市立福島中学校
平成28年8月29日 NO.5
042-541-2940
創立37年目(昭和55年開校)

プレッシャーに打ち勝つ!

校長 長野 基



今年の夏休みは、4年に一度の祭典とも言われる第31回オリンピック競技大会がブラジルのリオで開かれました(リオ2016パラリンピック競技大会は9/7~18)。日本中がオリンピックの感動に包まれました。日本との時差は12時間なので、リオで午後の競技をやっている時間帯は日本では深夜だったため、寝不足になった方も多かったのではないのでしょうか。水泳で萩野公介選手の金メダルに始まり、柔道、卓球、体操、バドミントン、テニス、レスリング、シンクロなどのメダルラッシュがあり、最後は陸上男子400mリレー銀メダルの快挙に幕を閉じました。期待される選手が予想通りにメダルを取ったかと思えば、思わぬところで敗戦をする選手もいる。さらにメダルの色の違いに涙する選手もいれば、メダルをもらえただけで純粋に喜ぶ選手もいる。多くの選手やコーチ、家族の涙を見ました。テレビを見ながら涙を流した方も多かったと思います。

なぜ涙が流れるのでしょうか。保護者や生徒の皆さんにも経験があると思います。部活動で勝ったり負けたりしたとき、体育祭や合唱祭で賞をもらえたときやもらえなかったとき、自然と涙が出ます。これは一生懸命練習してきたからこそ、感動したり悔しかったりして涙が溢れるのです。

オリンピック選手は4年に一度のチャンスに結果を残すためにどれだけの努力をしてきたのでしょうか。競技の練習がどれだけ激しく厳しいものかすら想像つきませんが、さらに食事や睡眠、自由な時間まで含めて自分の私生活を厳しく制限してきたことでしょうか。家族や周りの人たちの協力も相当大変なものだったと思います。その人たちの期待も当然背負っていました。そんな中でオリンピックまでの4年間で実力を発揮し、“金メダルは間違いない”と言われて出場した選手は、より一層のプレッシャーを感じていたはずですが、体操の内村選手の涙とホッとした笑顔、世界ランク1位で臨んだバドミントンの「タカマツペア」こと高橋選手の涙と松友選手の笑顔、レスリングで4大会連続金メダルに挑み達成した伊調選手の安堵感溢れる表情と惜しくも銀メダルとなって泣きじゃくる吉田選手など、この4年間の重みが日本中に伝わりました。

私たちの生活にプレッシャーはつきものです。もちろんオリンピック選手ほどのプレッシャーではないと思いますが、一人一人の人生の中ではオリンピック選手と同じように感じて生活しているのです。それに負けずに自分を強く鍛えて、自信をもてるように日々頑張っているのです。時にはプレッシャーに負けて逃げ出そうとすることもありますが、人間は弱い生き物だから、いつも“自分には無理だと思う”とか“自分にはできるわけない”と思うことで、プレッシャーからの逃げ道を用意してしまうのです。

プロサッカーの長友選手は、「努力した人がみんな成功するとは限らない。でも、成功している人はみんな努力している。」と言っています。確かにそのとおりです。3年生はこれから重苦しい受験が待ち構えています。一人一人が目標を達成できるかどうか不安で、それがプレッシャーになります。だからといって逃げることはできません。一步一步確実に努力して、全員がメダルをもらえるように、できればより良い色のメダルをもらえるように頑張りましょう。4年後は皆さんの中から世界で活躍する人が現れるかもしれません。何事も最後まであきらめないことです。



《 9月の主な行事 》

日	曜	主な行事	給食
1	木	生徒会役員立候補受付	○
2	金	選挙運動始	○
3	土		
4	日		
5	月	生徒会朝礼	○
6	火		○
7	水	SC・英検申込	○
8	木	生徒会役員選挙	○
9	金		○
10	土	昭島市未来をひらく発表会	
11	日		
12	月	全校朝礼 授業公開週間始	○
13	火		○
14	水		○
15	木		○
16	金	修学旅行前検診(3)	○
17	土	授業公開週間終・ALT 総合発表会(1)(2)	×
18	日		
19	月	敬老の日	
20	火		○
21	水	SC・考査範囲表配布	○
22	木	秋分の日	
23	金	委員会	○
24	土		
25	日		
26	月	修学旅行(3)	(1)(2)
27	火	修学旅行(3)・給食試食会	(1)(2)
28	水	修学旅行(3)・SC	(1)(2)
29	木	考査一週間前・補習	○
30	金	水泳指導終・補習	○

注：(1)(2)(3)は該当学年を示しています

《夏季休業中 生徒の諸活動》

- ◇ 自然科学部
7/30(土) JAXA 相模原キャンパス見学
8/21(日) 横浜 三菱みなとみらい技術館見学
- ◇ 美術部
8/19(金) 森美術館「宇宙と芸術展」見学
- ◇ テニス部
7/24(日) 東京都中学校テニス選手権大会
学校対抗の部 女子団体 1回戦惜敗
- ◇ 野球部
8/17(水) 昭島市市民大会
1回戦惜敗
- ◇ 卓球部
7/23(土) 東京都中学校卓球選手権大会
男子団体の部ベスト16、女子1回戦惜敗
8/16(火) 東京カデット大会
1年生Bリーグ 第3位 成相 諒真
2年生Cリーグ 優勝 永井 陸登
2年生Bリーグ 第3位 中村 日南
- ◇ 昭島市代表 リンピックフェスタ in 岩泉(岩手県)
8/27(土)、28(日)に、昭島市と姉妹都市を結ぶ岩手県岩泉市で実施されたリレーマラソン大会に、昭島市新春駅伝の結果から、サッカー部と女子バスケットボール部の合同チームが昭島市代表として招待され、見事に優勝しました。
男子：遊佐 樹・土屋 瑛梧・田中 海斗
関口 俊介・紅林 秀飛
女子：野田 桃生・荒木 茉穂・長谷川 莉子
奥墨 美裕・河崎 翡翠

続報は次号でご紹介します

《 危険！！ ながらスマホ 》

新聞等の報道によると、「ポケモンGO」の配信が始まってからゲーム操作が原因の交通事故やゲーム規約で禁止されているアカウントの販売、不正改造プログラムの販売が後を絶たないということです。

歩きながら、自転車に乗りながらのスマホ操作は視野が極端に狭くなることで周囲の状況把握ができないため無防備状態となり、たいへん危険です。駅のホームやバス停等では重大事故につながります。知らないうちに立ち入り禁止区域(他人の住戸の敷地等)に入ってしまったり、ゲーム操作をしているふりをしながらの盗撮、GPS情報が含まれた写真の投稿によるストーカー被害も起きています。

絶対にしないようにご指導ください。

「 SNS福島中ルール 」

1. 夜、11時以降は使用を避ける。
2. 自分の部屋とリビングのみで使用。ながらスマホはしない。公共の場ではマナーモードに設定する。
3. 人の悪口を言うなど、他人を傷つけることはしない。顔写真を勝手に載せるなど、個人情報を流出させない。

平成28年7月 生徒会制定

ご家族でもスマホ・ゲーム・SNSの正しく安全な使い方についてお話しください。