

開校50周年



HIGASHI TIME 9月号

令和3年9月28日 発行：座間市立東中学校 校長 大沢奈緒美

学校便り（HIGASHI TIME）は、本校ホームページにカラーにて掲載しています

「暑さ寒さも彼岸まで」と言われていますが、いかがお過ごしでしょうか。本来であれば、今年度より、暑さ対策のために「体育祭」と「文化祭」を入れ替えての実施としておりましたが、新型コロナウイルス感染症対策による緊急事態宣言延長のため、市内6中学校ともに、「ハーモニーホール座間」での文化祭『合唱の部』は残念ながら見送りとなり、また、その後の「ハーモニーホール座間」の借り入れはできないため、実施方法及び開催時期につきましては各校対応となりました。

そこで、本校では、3年生の進路の進捗状況を考慮し、12月22日（水）に本校体育館にて実施することといたしました。発表方法や保護者の参観の有無につきましては、今後の感染状況を考慮し、あらためて通知いたします。

現在、新型コロナウイルスはデルタ株といった変異株により、感染力は益々強く、今まで以上に感染症防止対策をしながらの学校生活となっています。しかし、ここで、ようやく減少傾向となりつつあるような、明るい兆しが見えてきたように思いますが、学校は安全・安心の場でなければなりません。

今後も、新型コロナウイルスの感染防止対策に努めてまいりますので、保護者の皆様におかれましても、家庭内における健康チェックのご協力を引き続きよろしくお願い申し上げます。

50周年記念体育祭 10月23日（土）

五彩輝満～五色の輝きで東中を満たそう～

今年度も、昨年度同様、コロナウイルス感染症対策のため、保護者の方のご入場は、3年生徒のいるご家族1名とさせていただきます。（保護者の名札をご持参ください）

本来ならば、コロナ禍だからこそ、全校生徒の生き生きと躍動感溢れる姿を、地域の方をはじめ、多くの保護者の方々に見ていただきたいところですが、それが叶わずとても残念に思えてなりません。

そこで、今年は当日、DVD業者の撮影をお願いしました。後日販売のご案内をさせていただきます。



【色長・団長】

実行委員・各クラス色長・団長の紹介

〔実行委員長〕 三橋 綾太 〔副実行委員長〕 林 彩葉

	色	色長	副色長	団長	副団長
1組	白	楯 拓真	東 風花	森 琥次郎	小山内 大翔
2組	緑	渡邊 紗弥	松本 匠	アッパ 聖輝	伊佐 瞳美
3組	青	石川 稟夏	小田 琴音	宇井 健悟	福増 祥太郎
4組	黄	本田 零王	岡本 龍醒	熊谷 俊哉	近藤 光璃
5組	赤	辻端 竜也	栗原 順正	音辻 琉偉	芳賀 獅生

白組色長 楯 拓真

僕はこの体育祭を絶対に成功させたいと思っています。なぜなら、正直、去年の体育祭はあまり楽しかったと思えなかったからです。コロナが流行し種目にも制限がかけられたからです。と言ってしまうと一生楽しい体育祭は作れませんよね。なので、絶対に、おとしまであった雰囲気でもコロナがなかった時のような楽しい体育祭を作り成功させたいです。一組兄弟学級は白組となりました。なので、吹雪のような強い風を巻き起こしトリプル優勝できるよう頑張っていきたいです。

白組団長 森 琥次郎

僕は、この体育祭を楽しく面白く、そして元気のある体育祭にしたいと思っています。いや、必ずそうします。みんなが、一生懸命取り組んだ体育祭の結果がどんなものになっているか、今からすごく楽しみです。はしゃぐ時は、しっかりはしゃぎ、まじめにやる時は、まじめにやる。そういう切り替えができると思っています。今年の体育祭は「優勝」するという気持ちで取り組んでください。応援団は、今すごく頑張っています。

みんなも応援団の気持ちに伝えてください。

緑組色長 渡邊 紗弥

私が色長をやろうと思ったのは、1,2年生のときに、3年生の姿を見て「かっこいいな。」と思い、自分も「こうなりたいな。」と思ったからです。そして、色長になったからには、自分も後輩にかっこいいと思ってもらえるよう、みんなをまとめたり、自分から積極的に行動したりして、緑組がトリプル優勝をとれるように頑張っていきたいと思っています。

そして、今年は東中が創立50周年なので、全員が楽しめて、活躍できて、思い出に残り、東中の歴史にも残るような体育祭にしたいと思っています。

緑組団長 アッパ 聖輝

今年は、合唱コンクールだったり、3年生は修学旅行も延期になったりと、落ち込んでいる人も多いと思いますが、体育祭はできるので、この落ち込んだ気持ちを吹き飛ばせるくらい盛り上げられるような最高の体育祭にできるよう、頑張りたいです。

団長として、たくさん声をだして、中学校生活最後の体育祭でトリプル優勝ができるように、精一杯頑張ろうと思います。よろしくお願いたします。

青組色長 石川 稟夏

「みんなが楽しめる体育祭」を目標に色長として頑張っていきたいです。本番当日はもちろん、それまでの準備期間も楽しめるように自分の仕事を真剣に行っていきます。それとともに、団長や応援団の仲間と青組を盛り上げ、士気を高めていきたいです。

また、どんな事でもいいので、ぜひ、私に話しかけてください！どういった人なのかわからない人から指示されたりするより、仲良くなった人と一緒に活動する方が何倍も楽しいと私は思うからです。

たくさんの思い出を一緒につくりましょう。そして、トリプル優勝を一番の思い出にしましょう！青組みんなで会心の一撃を！

青組団長 宇井 健悟

コロナのせいで、文化祭などの行事が延期や中止となり、みんな学校行事に対するやる気や勢いがなくなっていると思います。でも「いつもどおり」にできないからと言って、適当にやったり、やらなかったりというのは、多分、後々になって後悔したり、楽しくなかったというマイナスの思い出になったりすると思います。

限られた事しかできないけれども、その状況の中でもできる事はあると思うから、そのできる事を「自分の意志」で全力で取り組んでみてください。

黄組色長 本田 零王

私の目標は、ただ1つ、優勝です。運動が好きな人、全力で頑張りましょう。運動があまり好きでない人、いつもよりほんの少しだけ一緒に頑張ってみませんか？きっと、いつもより楽しいと感じられると思います。

黄色組のスローガンであるように、東中に黄金の風を吹き荒らしましょう！

最後に、黄色組ではない皆さんへ一言。

‘La Victoire est moi!’(ラ ヴィクトール エタ モア!) 私からは以上です。黄色組の皆さん、次の集会でお会いしましょう。それでは。

黄組団長 熊谷 俊哉

新型コロナウイルスのせいで、文化祭が延期になってしまいましたが、体育祭は、行われることになったので嬉しい気持ちでございます。

「病は気から」ということわざのとおり、コロナにかかると思っていたら、体の免疫力が下がってしまうのではないかと思うので、私は、コロナの心配を吹きとばすくらい楽しい体育祭にしたいと思います。そのためには、全校生徒全員の協力が必要です。なので、全校生徒で盛り上げられるよう頑張ります。

赤組色長 辻端 竜也

僕は今年の体育祭を赤組みんなと全力で楽しみたいと思います。今は、コロナ禍の状況にあり、色々な制限がある中での体育祭だと思います。しかし、このような状況に負けず、全力で取り組み、優勝旗とトロフィーと賞状をつかみたいと思います。

コロナの影響でストレスが溜まっていてどうしようもない人もいると思いますが、その思いをこれからの体育祭練習にぶつけて思い切り楽しみ、第50回記念にふさわしい最高の体育祭にしましょう！

赤組団長 音辻 琉偉

体育祭まで約1カ月となりました。緊急事態宣言延長により、文化祭が12月に延期になってしまいましたが、合唱は、各クラスの団結力が必要だと思うので、体育祭で団結してそれを文化祭に生かせるという部分では良かったと思います。

さて、コロナ禍で色々と制限されている中で、ストレスを感じている人がいると思います。そのストレスをこの体育祭にぶつけて欲しいです。一人一人が全力でやることによって、白熱した体育祭になるとと思います。東中生で第50回体育祭を盛り上げましょう。そして、僕はあの優勝旗とトロフィーをこの手で持ってみたい、持ちたいです。お願いします。優勝させてください。(笑)

今年の赤組は、歴代最強です。残りの4色からぶっちぎりで勝ってやりますよ。

どんな結果になっても、全員が悔いなく終われるように練習から全力で取り組み、最高の体育祭を作っていきましょう！

環境整備

ボランティア募集のお願い

体育祭の成功と、創立50周年記念式典前に、校庭の環境整備(除草作業)と花壇への花植え作業を次の日時で実施いたします。

当日は、部活動生徒やPTA運営委員の方々にもお手伝いをお願いしておりますが、

ぜひ、一人でも多くの方のご参加をよろしくお願いいたします。

日時：10月9日(土)9:00～10:00(雨天中止)

食育について(書面全校朝会)

8月30日に、保健体育常任委員を中心に、栄養士の先生をお招きして「食育」についての講演会を行う予定でしたが、新型コロナウイルス感染症予防対策の為、中止となりました。

また、それを受けて、9月27日の全校朝会で「朝食」について、生徒の皆さんに、話をしようと思っていたのですが、これもまた中止となってしまいました。

そこで、書面全校朝会として、「朝食の大切さについて」考えてもらいたいと思います。それでは、皆さんに聞きます。「朝食を食べて、学校にきていますか？」果たして、どの位の人が「毎日食べています」と答えられたでしょうか？

中には、朝起きるのがつらくて、朝食を食べている時間がない。という人もいるかもしれません。では、朝食のメリット・デメリットについて考えてみましょう。

朝食を食べると起こる“良い症状”

- ・脳も含めた全身の体温が上昇するため、体が目覚め活発に活動できます。
- ・腸にとっても朝食は大切です。朝5時くらいから腸は動き出し、朝食によってさらに腸の活動が活発になり、排便を促す作用があります。
- ・1日の体のリズム（サーカディアンリズム）を調えます。

朝食を食べないと起こる“悪い症状”

- ・昼食と夕食の1日2回の食事では、1日に必要な栄養素が充分にとれず、栄養不足や貧血を引き起こします。
- ・空腹状態が長くなると、胃腸が栄養分を蓄えようと活発に働き、1回の食事量が多くなりやすく肥満の原因になります。肥満は多くの疾患の要因になります。
- ・脳にエネルギーが送られにくくなり、血糖値が低いままの状態が続くと、頭がスッキリしない、イライラするなど集中力が欠如し、思考能力が低下します。

これを読んで、皆さんはどう感じましたか？今、心身ともに成長期にある皆さんにとって、特に、勉強や部活動を頑張りたいと思っている人にとって、朝食は欠かすことのできないエネルギーだということをわかってもらえたでしょうか。

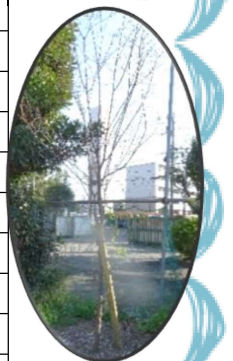
これから、体育祭に向けて練習が始まります。朝、「食べる時間がない」とか、「面倒」であっても、何か食べるものを、口に入れて体温を温めてから登校できるよう心がけましょう。

10月に入ると、「食育アンケート」に協力してもらうこととなりますが、全校生徒が「朝食を食べている」に○がつくことを願っています。

10月行事予定表

(最終下校 17:00)

4日	月	中間試験(数・国・社) (自宅)リモート動作確認	15日	金	体育祭全校練習
			18日	月	3年学年朝会
5日	火	中間試験(英・美・理)学	20日	水	体育祭予行練習
6日	水	評議会・常任委員会	22日	金	体育祭前日準備
7日	木	集金日	23日	土	第50回記念体育祭
9日	土	環境整備(9:00~10:00)	25日	月	体育祭振替休日
11日	月	全校朝会・後期学級委員任命式(8:20)	26日	火	3年学習診断テスト
12日	火	2年応急手当講習会	29日	金	50周年記念式典前日準備
14日	木	評議会・常任委員会(体育祭リハーサル)	30日	土	創立50周年記念式典
【備考】		10/13~28 教育相談週間			11/12 創立記念式典振替休日



50周年
記念樹