

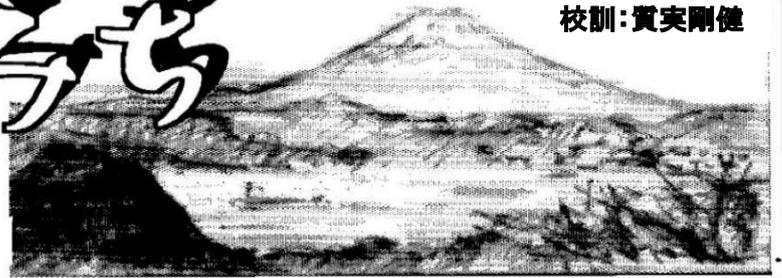
きかみち

令和6年度第 2号

校訓: 質実剛健

大島町立第二中学校校報

通巻 442号 5月24日



腰骨を立てる

校長 牧野英一

5月16日(木)から京都・奈良への3泊4日(船中1泊)の修学旅行がありました。今年は気温も高く初夏を思わせる天候でしたが、生徒たちはスロガンである“オレ達はよう過ごすか〜楽しみ方って200種類あんな〜”のもと、修学旅行を成功させようと一人一人が自分の行動に責任をもち、歴史や文化に関する学習を深めた行事となりました。特に5分前行動がしっかりとでき、次の予定を班長任せにすることなく、修学旅行のしおりを自分で確認している姿が印象的でした。また、1・2年生は5月16日(木)から1泊2日で海のふるさと村において合同キャンプを行い、中堅学年である2年生が1年生をよくリードし、集団として一回り大きく成長できました。今年は午後から風が強くなり、キャンプのメインとなるキャンプファイヤーが縮小となりましたが、思い出に残る宿泊行事となりました。

さて、今年も修学旅行初日の夜に坐禅体験を3校合同で行いました。宿舎である和順会館を出て東大路通を渡り、風情ある花見小路通を抜けると厳粛な雰囲気にも包まれた西来院があります。中に入ると坐禅用の座布団が敷かれており、各自が空いている座布団に坐ります。枯山水の庭園に静かな空間、天井には守護神である龍が見守る中、住職の指示に従い坐禅に入りました。

まずは坐り方からです。右の足を左腿に乗せ、次に左の足を右腿に乗せて両膝とお尻の3点でバランスをとります。次に姿勢です。背中を真っすぐに伸ばして顎を引き、目は閉じずに半眼で斜め前45度を見ます。住職は「腰骨を立てる」と表現していました。そして、右手をお臍の前に出し、左手をその上に重ねます。最後に逆腹式呼吸でゆっくりと鼻から息を吐き、吐き終わったら鼻から息を吸います。約10分程度の坐禅でしたが、調身(姿勢を整え)、調息(呼吸を整え)、調心(心を整える)の貴重な体験ができたようです。その後30分程度でしたが住職からの法話があり、「今を頑張ること」「仲間とともに頑張ること」「どんなことも受け入れること」の大切さを分かりやすく教えてくださいました。特に印象に残ったのが、坐禅に入る前の姿勢を正すことの重要性です。

「腰骨を立てる」これを立腰(りつよう)教育として実践されたのが教育学者の森信三先生です。「心を立てるためにはまず身を起こす」という理念が基本とされており、立腰することでやる気になり、集中力が向上し、体の調子がよくなり、行動が素早くなったりするなど、いろいろな効果があるといわれています。

日本では古来より「禅」「武道」「芸道(茶道・華道・書道)」などで腰骨を立てることの意義が実証されています。また、古くから日本人は「心と体はつながっている」と考えられてきました。集中することはものごとをうまく進めたり、成功させたりするための鍵になるのではないのでしょうか。合理的でムダのない動きは美しいもので、身のこなしや振る舞いが美しい人は立腰ができています。日々の授業を含め、腰骨を立てることを意識した生活を心がけ、自分のものにしてはどうでしょうか。

修学旅行 5月16日～19日

3年生12名は、3泊4日（船泊含む）で京都・奈良へ修学旅行に行ってきました。昨年度から事前準備に時間をかけて取り組み、当日も学びの深い3日間になったと思います。

「オレたちは どう過ごすか」というスローガンのもと、伝統文化を楽しみ、仲間と協力し、自分たちの修学旅行を存分に満喫できたことが、生徒一人一人の表情から分かります。この行事で一回りも成長した3年は、今後の学校教育でも力を発揮してくれることでしょう！



初日は移動が中心でしたが、2日目は一日京都班別行動をしました。班ごとに事前学習で時間をかけて行動計画を立てて実行しました。



京都の伝統芸能である清水焼の絵付け体験。
個性豊かな作品が多くいいお土産になりました。



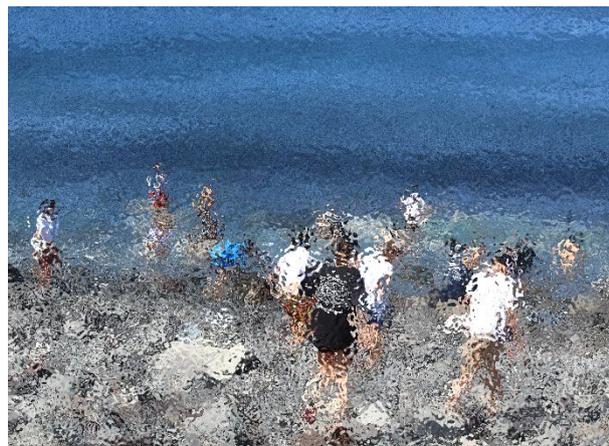
3日目は奈良を中心に回り、帰路に発ちました。3日間の疲れを見せず、笑顔でいい表情です！

合同キャンプ 5月16日～17日

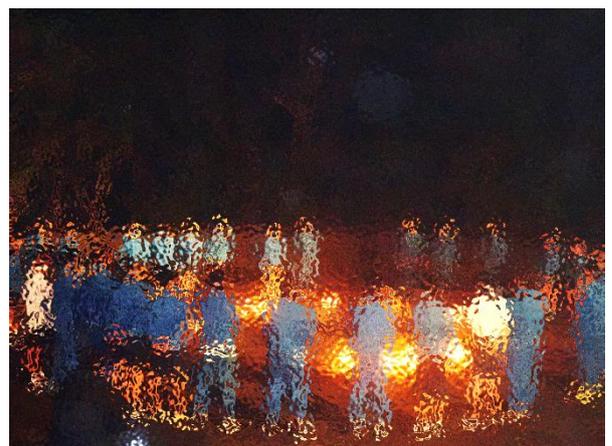
1, 2年生は、海のふるさと村に1泊2日でキャンプに行きました。天気も良く、班で協力しながら勇往邁進し、自分たちの力でキャンプを成功させることができました！



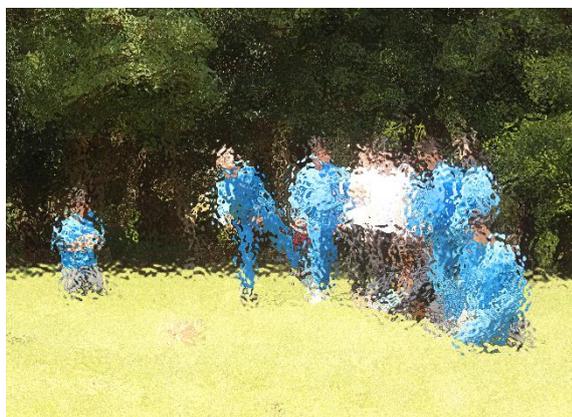
今年度はカレーコンテストを行いました。班で工夫を凝らしたカレーの成果で順位が決まるので、みんな楽しみながらも優勝目指して声をかけ合いながら協力して取り組んでいました。



キャンプ中の自由時間は散策したり、海で遊んだり、自然と触れあいながら楽しみました。



キャンプファイヤーでは、班の出し物を行い、最後は誓いの言葉を力強く語りました。



実行委員レクでは「モルック」と「ケイドロ」を行い、班で協力して盛り上がりました。



最後は1、2年一緒に記念写真
みんな、最高にいい笑顔です！！

6月の行事予定

学校教育目標： のびやかで、あたたかい心
 深く考え、自ら学ぶ力
 健やかな身体とたくましい体力

日	曜	行事	給食	日	曜	行事	給食
1	土			16	日		
2	日			17	月	講話朝礼 水泳指導開始	◎
3	月	セーフティー教室	◎	18	火		◎
4	火		◎	19	水	ALT テスト週間	◎
5	水	ALT	◎	20	木	SC	◎
6	木	SC 3年大島高校訪問	◎	21	金		◎
7	金	激励会	◎	22	土		
8	土	中体連大会		23	日		
9	日	中体連大会(予備日)		24	月		◎
10	月	朝礼	◎	25	火	ALT	◎
11	火		◎	26	水	期末考査①	◎
12	水	ALT 3年大島丸見学	◎	27	木	期末考査②	◎
13	木	避難訓練	◎	28	金	SC 期末考査③ 専門委員会	◎
14	金	SC 3年進路説明会	◎	29	土		
15	土			30	日		

リサイクルウィーク

中体連選手権大会・夏季研修大会 6月8日(土)、予備日9日(日)

*都大会に繋がる大事な大会です。日頃の練習で鍛えてきた力を出し切れるよう、全力で臨もう！詳細については別紙でお知らせします。保護者の皆様のご声援をお願いいたします。

- 野 球 : 大島高校 午前中 対戦相手未定
- バレーボール : 第一中学校 午前中 研修大会
- ソフトテニス : 大島高校 午前：個人戦 午後：団体戦
- サッカー : 大島陸上競技場 午前中 紅白戦を予定

生徒総会 5月7日

生徒会が主催となり、生徒会最大議決機関である生徒総会が行われました。議長には3年の****さん、****さんが選出され、委員長が活動内容を報告しました。質疑応答ではたくさんの意見や要望が出され、活発な総会となりました。

学校をより良くしていくには、生徒一人一人の力が大切です。ぜひともそれぞれが力を発揮し、学校を大いに盛り上げていきましょう。

