

# 立志

～志をもって前に進もう～

喜多方市立山都中学校  
令和3年 5月28日(金)  
発行責任者：小関英美

## ★耶麻・全会津中体連壮行会！★

本日の5校時目の時間に、耶麻・全会津中体連の壮行会が行われ、全校生でエールを送り合いました。さて、いよいよ来週から耶麻・全会津中体連が始まります。入部してから約1ヶ月、特に3年生の部活に対する真剣な姿勢をたくさん見てきたと思います。中体連大会は、3年生のこれまでの集大成ともいえる大会です。選手として出場する人はもちろん、今回は出場しない人も、ぜひ先輩の姿から多くのことを学び、今後の練習に生かしてほしいと思います。チームのためにできることはたくさんあるはずですよ。自分から積極的にできることを見つけて、行動に移してほしいと思います。



## ★30秒スピーチ 「中体連大会に向けて」★

24日(月)の集会で30秒スピーチの発表があり、今回は **さんが**発表しました。佑果さんが発表したスピーチの内容をご紹介します。



「中体連に向けて今の自分にできること」

私がバレー部に入部してから1ヶ月が経ちました。この1ヶ月間の先輩方の練習への取り組みから、最後の大会にかける強い思いを感じています。そこで、私たち1年生は、残りの1週間はボール拾いなどのサポートを行い、先輩方が練習に集中できるように頑張りたいです。また、本番では、先輩方の試合に負けなくらいの応援をしたいと思います。そして、応援しながら試合に出ている人をよく観察し、秋の新人戦に向けてどうしたら勝てるのかを考えていきたいです。

## ★花の苗を植えました★



24日(月)の総合の時間に、全校生で花の苗植えを行いました。準備から片付けまで積極的に手伝ってくれる1年生の姿が多く見られ、頼もしさを感じました。今回、苗を植えたプランターは、学校内はもちろんのこと、地域の色々な場所に届けられる予定です。ベゴニア、サルビア、マリーゴールドなどの花を見た人たちの心が少しでも和らいでくれたら嬉しいですね。



## ○体調管理に努めましょう○

ゴールデンウィークが明けてから、体調不良により欠席する人や、早退する人が増えています。特に、今は春から夏にかけての季節の変わり目ということで、寒暖差や気圧の変化が大きく、普段以上に体調を崩しやすいようです。睡眠時間を十分に確保し、しっかりご飯を食べて、元気に学校に登校してほしいと思います。

また、体の健康とともに、心の健康も大切です。自分がリラックステキな時間を作り、心を休ませる時間もとるように心がけましょう。



## ★来週の予定★

日	曜	学校行事など	1	2	3	4	5	6	給食	清掃	SB
31	月	中体連準備	国	理	道	英	数	音	○	○	18:15
1	火	耶麻・全会津中体連大会	各部活動の計画に従って行動してください。大会に参加しない生徒は、学校で自主学习になります。						弁当	×	17:30
2	水	耶麻・全会津中体連大会							弁当	×	17:30
3	木	中体連予備日	理	社	家	国	保	英	弁当	○	18:15
4	金	全校合唱、委員会活動	社	数	保	英	国	—	○	×	18:15