

07

HIGASHI COMPASS

junior high school

2024年

7月19日



## 1学期を終えて

校長 林 武宏

先日の合唱コンクールでは、多くの保護者の皆さまにご来場いただきました。一方で、限られた客席数、そして、平日開催ということもあり観覧がかなわなかった方も多くおられたと思います。その後の授業公開の機会はありませんでしたが、行事での生徒の姿も2学期にはぜひご覧いただきたく思います。スポーツ大会に学園祭、それぞれご予約の調整をよろしくお願いいたします。

さて、合唱コンクール。ABの生徒もCDEの生徒もそれぞれ本番に至るまでに、いくつもの壁を乗り越えてきています。そして、舞台の上で指揮者生徒と伴奏にリードされながら、一生懸命に心を合わせ、歌い上げるその姿、その歌声が、波動となってきっと皆さまの胸に直接響いたことと思います。私は指揮者賞の審査に関わることもあり、すべての合唱を舞台袖から、指揮者や生徒の表情も合わせて見ましたが、本当に審査を忘れて、その感動を共有させていただきました。今回は、客席に来られた皆さまに審査をお願いしました。投票いただいた数を点数化し、その点数によってのみ順位を確定しています。生徒にとっても、客席の全員の皆様が審査員であったことの公平感があり、これは今後も継続したいと考えています。合唱コンクールの前日の全校朝礼で、私は生徒に次のように話しました。集団で何かを目指したときに、良い成果が出たときには「みんなが頑張ってくれたから」、反対に思うような結果が出なかったときには「自分のどこに原因があっただろう」と考えなさい。そして、結果の如何にかかわらず、何よりもその過程で頑張ってきた自分自身を褒めてあげなさい。これができる集団は、個人としても集団としても伸びていくことができるから、と。生徒はすべての行事で成長していきます。そして、自分の頑張りを肯定的にとらえられる生徒ほど、次に向かって前向きに進んでいくことができます。この1学期は、年度のスタートの学期でしたが、振り返ったときに、つまずきを感じている生徒がもしもいるのならば、その修正をこの夏休みに図ってほしいと思います。

エリック先生 お元気で

JETプログラムにより外国語指導助手(ALT)として、1年半にわたってこの中学校で生徒のために力を尽くしてきてくれた、エリック先生がご出身のカナダに戻られることとなりました。生徒とは本日の終業式をもって、お別れとなります。JETプログラムは、「語学指導等を行う外国青年招致事業」(The Japan Exchange and Teaching Programme)の略称で、地方自治体が総務省、外務省、文部科学省及び一般財団法人自治体国際化協会(CLAIR)の協力の下に実施しています。2015年からは公立だけではなく、私立中学校・高等学校にも適用されることになったのです。その初年度以来、エリック先生で3人目のJETプログラムによるALTの先生となります。エリック先生には、2023年1月から生徒とともに過ごしていただきました。物腰やわらかで、心優しい青年、という第一印象どおりの先生で、いつも笑顔で、生徒に寄り添ったアドバイスをしてくださいました。お別れは残念ですが、高齢のご両親のお世話をしたいといったんは5月末での退職の申し出をされたにもかかわらず、やはり生徒のために、と任期満了の7月末まで勤め上げていただいたことに感謝しかありません。本当にありがとうございました。なお、後任のALTの先生は英国からいらっしゃいます。この8月に来日し、9月の始業式から勤務を開始しますので、ご承知ください。



# 合唱コンクール



## 音楽科の先生から 各クラスへのコメント

優勝 3年B組



準優勝 3年A組



特別賞 3年CDE組



1A	「地球星歌～笑顔のために～」 優しく歌うところ、力強く歌うところなど、強弱、歌い方に工夫があり、表現しようとする意思がよく感じられました。客席の一番遠い所へ声を届けるイメージで、のびのびと歌えるとさらに良いです。
1B	「空は今」 東中では初めて歌われる曲でしたが、まとまりのある息のあった演奏でした。跳躍のある難しいメロディも、美しく歌えていましたね。言葉をよりはっきり聞かせる歌い方ができると、さらに良くなります。
1CDE	「大切なもの」 声がしっかりと出ていて、かつ丁寧に音程を意識した美しい歌声でした。元気さと優しさを感じられる演奏でした。メロディをしっかりと聴かせるようバランスを考えて歌えると良いでしょう。
2A	「虹」 歌詞の文量がとても多い曲ですが、言葉をはっきり歌って伝えようという意思を感じました。ソロパートも堂々と歌いあげました。感情の高鳴るところ・しっとり歌うところの緩急がもっと見えると良いです。
2B	「時の旅人」 音程や各パートの動きがよく揃っており、とてもバランスの良い丁寧な演奏でした。各場面の表情の違いが豊かに感じられました。言葉の抑揚に沿ってフレーズの重みをつくることを意識していきましょう。
2CDE	「With You Smile」 静かに歌うところ、盛り上げるところをよく意識した演奏でした。タイトルにもある「笑顔」で楽しそうに歌っていましたね。低い音が続く部分をさらにしっかりと歌えると良くなるでしょう。
3A	「走る川」 かなりの難曲ですが、よく歌いあげました。洗練された素晴らしい演奏です。テンポや強弱の緩急をつくりこみ、多様で複雑に交わっていく川の流れが目の前に見えるようでした。
3B	「信じる」 強弱の幅を活かした、表現がとても豊かな演奏でした。曲全体の構造をよく意識して表現をつくっていったのではないかと思います。皆さんがこの曲に込めた思いの強さが伝わってきます。
3CDE	「心の中にきらめいて」 皆さんの思いが強くこめられた素敵な演奏でした。会場にいた皆さんにも、たくさんの感動を届けたことと思います。3年間で大きな成長を果たしました。

指揮者賞 3年 牧野さん

伴奏者賞 3年 比護さん





# 3CDEチロル学園合宿

7月10日～12日にかけて山梨県南アルプス市へチロル学園合宿に行ってきました。3日間天候に恵まれ、予定していた農業従事体験を行うことができています。初日はチロル学園周辺と曲輪田の田んぼの清掃活動及び雑草取りに励みました。曲輪田の田んぼは学園が所有者からお借りして米づくりを行っているところです。2日目の午前中は、現地NPO所有のブドウ畑で雨避けの傘をつける作業と傘の整理の作業を担い、午後は畑へのわら敷きと農地の石取りを行いました。いずれも長時間にわたる作業でしたが、生徒たちは集中を保ち、「仕事」としての責任感を持ちながら従事できた様子でした。自分たちの仕事ぶりが評価され、また感謝されたことは非常に重要で貴重な経験となったことと思います。生徒からも「今回の経験を、これからの生活や学校でも生かしていきたい。」という言葉があり、大きな糧となった合宿でした。



## 保健室より

夏休みに入ります。1学期同様に、生活リズムを崩さないようにしましょう。生活リズムは、日中に光を浴び、身体を動かし、夜間の照明は明るくしすぎず、少し暗いぐらいにしておく和良好的です。こうした行動によって、夜間に眠りを促すホルモンが分泌され、夜はぐっすり眠れ、朝はしっかりと起きることができます。入眠前の携帯電話の使用は、入眠の妨げにもなるので避けるようにしましょう。

睡眠は、思春期の心身に不可欠な休養活動で、健康と成長を支える役割がたくさんあります。睡眠不足になると、イライラした気持ちや不安を感じやすくなったり、腹痛などの体調不良が現れたりします。睡眠の意味をよく理解し、規則正しい生活をお願いします。

規則正しい生活リズムは、2学期を迎えるためにも重要になります。夏休み中も意識をしてください。

例年心配されるのが「熱中症」です。気温が高い等の環境要因でなる状況もちろんありますが、自身の身体の状態によっては、熱中症になりやすくなることも数多くあります。要因としては、寝不足、朝食を摂っていない、運動・活動前の水分補給をしていない、暑さに慣れていない、本調子でない等です。その場合には、無理をせずしっかりと休養を取る。また、暑さに慣れていない・体力に自信がない等があれば、涼しい時間帯に体を動かす事から始めても良いです。

<熱中症にならないためのポイント>

- ①活動前に、自身の体調の確認を行う。体調が悪い場合は、無理をしない。
- ②運動・活動前に200～250mlの水分補給を行う。※水分補給は、麦茶・スポーツドリンク
- ③休憩中は、涼しい所に移動し、こまめに水分を取る。また、首、腋下、股関節付け根等大きな動脈が通っている部分を冷やす。

※喉が渇いてからでは遅いので、10～15分に1回意識的な水分補給を行う。

- ④運動後の水分補給も必ず行う。

(養護教諭)



自動販売機で販売中↑



## 図書室より

今年度の図書室開室は、主に昼休みに行っています。7月17日時点で1年生246冊、2年生279冊、3年生135冊の貸出があり、本好きの生徒を中心とした憩いの場となっています。おすすめの本を紹介しあったり、共通の趣味を持った生徒が同じ本の話で盛り上がったりと、本を媒介とした生徒同士の関わりが充実しています。また、放課後には自習目的としての開室を行っていて、試験期間になると自習を希望した生徒が集中して勉強に励む姿が見られました。

1,2年生の探究科の授業では、学校図書館と市立図書館との連携により、研究テーマに沿った資料の提供が可能となっています。あるグループでは実際に市立図書館に足を運び、生徒自身の手で資料を選ぶことができました。インターネットの情報に頼らず、書籍や新聞等の紙媒体からも自分の欲しい情報を探し出す力を養ってほしいと思います。

今年度の夏休みの開室はありません。休み期間中、昨年度に引き続き図書室の改修工事を行う予定です。新学期とともに、より利用しやすい図書室を目指してまいりますので、楽しみにしてください。 (司書教諭)

### — 夏休みの生活について —

夏休み中は、事故に注意することはもちろん、生徒同士の外出の際には、一緒に行く友だち、行き先や帰宅時間の確認、金銭の管理についてはしっかりとご指導ください。

先日、AB組の生徒を対象に外部講師(小金井警察署)による防犯教室を行いました。最近の犯罪傾向から夏休み期間に特に注意を払う必要がある事例としてSNSでのトラブルが挙げられました。特に増えているのが闇バイトの勧誘です。SNS上で応募サイトに入力した後になって、仕事の内容を知り、ためらっていると脅迫やつきまといに発展し、知らないうちに犯罪を犯してしまう中高生も少なくないそうです。家庭においては、フィルタリングや、インターネットの利用時間を制限するなど、ルールをつくるのが、トラブルの予防においてとても重要になります。SNSに関しては、使用に関するルールの確認を重ねてお願いいたします。

## 7月の部活動試合結果

### 硬式テニス部

- 東京都中学校テニス選手権大会多摩地区中学校テニス大会(団体戦)男子(7/14 多摩大聖ヶ丘中)  
男子団体 1回戦 対 調布八中 2-3 負

### 陸上競技部

- 第59回武蔵野市民陸上競技記録会(6/30 江戸川陸上競技場)  
3年 内藤さん 走高跳 1m40
- 第76回東京都中学校陸上競技選手権大会(7/6,7 上柚木陸上競技場)  
3年 押木さん 共通走幅跳 5m19(3位)  
3年 平井さん 共通円盤投 27m07(6位)  
共通 4×100mR(長谷川さん・平井さん・飯島さん・押木さん)  
50.83(5位)
- 第78回国民スポーツ大会東京都代表選手選考会(7/15 上柚木陸上競技場)  
3年 平井さん 円盤投 39m33

**10月 国民スポーツ大会出場決定(佐賀), 東京都中学校新記録樹立**

### サッカー部(小金井緑中と合同)

- 東京都中体連10支部夏季大会(6/30 学芸大中 7/6 学芸大中)  
決勝トーナメント2回戦 対 小平六中 2-2 PK4-2 勝  
都大会代表決定戦 対 国立一中 1-0 勝

### 野球部(中大附属中と合同)

- 第10ブロック中学校野球夏季大会  
2回戦 対 小金井南中 4-3 勝 (6/29 瑞雲中)  
3回戦 対 立川三中 1-0 勝 (6/30 小平五中)  
4回戦 対 小平三中 0-3 負 (7/6 国立二中)

### 卓球部

- 令和6年度第10ブロック夏季卓球大会(6/30 立川四中, 7/6 小金井一中)  
男子団体B 対小平二中 1-3 負  
女子団体B 対立川四中 3-2 勝  
対立川七中 0-3 負  
男子団体A 対立川国際中 0-5 負  
対立川学園中 3-1 勝  
対立川七中 0-5 負  
女子団体A 対小平六中 0-3 負  
対小平二中 3-0 勝