

我ら 東城陽

～仲間・挑戦・自覚～

令和4年(2022年)7月1日 第4号

6月12日(日)～14日(火)3年生は、信州方面への修学旅行を実施しました。コロナ禍のため、中学入学後、初めての校外学習でしたが、さくらんぼ狩りや選択別体験(カヌー、SUP、マウンテンバイク、キャニオニング、染め物体験、和紙づくり)、SDGs学習(水道水の始まり、エコ発電システムなど)といった普段できない体験学習に、仲間と共に意欲的に取り組みました。成果と課題を踏まえて、今後の学校生活に生かしてください。

7月は、1学期の締めくくりの月です。学習面・生活面しっかり振り返って、夏休み、二学期以降につなげてください。部活動に関しては、今後行われる夏季大会やコンクール等で、日頃の活動の成果を十分発揮してください。

「弱さを受け入れる。人と比べない。」

今回も、タレントとして活躍中の ryuchell (りゅうちえる) さんの文章を紹介します。

落ち込んでいる時って、自分は何をやってもダメなような気がして、しんどくて前を向けないことがあると思うんです。そういう時、僕は無理に明るく振る舞ったり、ポジティブになろうとはしません。とことん悩んで考えて、落ち込みます。泣きたいときはちゃんと泣く。僕の場合、その時の感情に素直に従ったほうが、リフレッシュできるようです。(中略)

僕は、まず弱い自分を受け入れます。あの人はがんばれるかもしれないけど、自分はこれが限界、というふうに。そうやって、自分の容量を知ることが、自分の味方でいられる方法だと思うんです。無理を続けていると、心のバランスが崩れてしまう。でも、心からはなかなかSOSが出ないので、調子を崩していることに気づかず、そのまま心が壊れてしまいかねません。

だから僕は、弱い自分も「人間くさくて、いいなあ」と受け入れるようにしています。こんなふうに考えられるようになったのは最近で、上京してテレビに出演し始めたころは、無理をしていました。バラエティー番組では、「芸人さんより面白いことを言うぞ」「誰よりも目立たなくちゃ」と自分を印象づけたくて。

今思えば、人それぞれ個性が全然ちがうのだから、誰かと自分を比べること自体、時間のムダなんですね。でも当時は、「もっとできるはず、がんばらなければ」と思っていました。自分の容量を知らないから「絶対にこうするぞ」と決めつけて、できな

いとイライラしていました。手に持てる荷物に限界があるように、「これを大事にしよう」と思っている、ずっと握りしめたままではいられません。大事にしたいものは軸としながらも、手荷物は変えていかなければ出会いや成長がなくなってしまうと思うんです。そうやって、手放して余裕を持てるようにしています。

「弱さを受け入れる」、「自分の容量を知る」ということは、自分らしくいられるコツかもしれませんね。「大事にしたいものを軸にしながら、手荷物は変えていかなければ出会いや成長がなくなる」という言葉も印象に残りました。

東城陽中学校 校長 北村 伸二

1	金	あいさつキャンペーン 校内募金活動③	
2	土	通信陸上	
3	日	通信陸上 英検2次	
4	月		
5	火		
6	水	3年 ST	
7	木	SC	
8	金	2年校外学習 漢検	
9	土		
10	日		
11	月	三者面談①	短縮授業
12	火	三者面談②	
13	水	三者面談③	
14	木	三者面談④ SC	
15	金	三者面談⑤ 給食終了 3年 ST 1年ユニセフ出前講座	
16	土		
17	日		
18	月	海の日	
19	火	三者面談⑥ 諸費振替	
20	水	第1学期終業式	
21	木	城久夏季大会 山城水泳	
22	金	城久夏季大会 山城水泳	
23	土	城久夏季大会(予備日)	
24	日	山城大会(競技により開催日が異なります)	
25	月	山城大会	
26	火	府陸上 山城大会	
27	水	府陸上 山城大会(予備日)	
28	木	府水泳 諸費再振替	
29	金	府大会 府水泳	
30	土	府大会	
31	日	府大会	

1	月		
2	火		
3	水		
4	木		
5	金		
6	土		
7	日		
8	月		
9	火		
10	水		学校閉鎖日
11	木		学校閉鎖日 山の日
12	金	学校閉鎖日	
13	土	学校閉鎖日	
14	日	学校閉鎖日	
15	月	学校閉鎖日	
16	火	学校閉鎖日	
17	水		
18	木	諸費振替	
19	金		
20	土		
21	日		
22	月		
23	火		
24	水		
25	木		
26	金		
27	土		
28	日		
29	月	第2学期始業式 777-ロード 諸費再振替	
30	火	給食開始 発育測定	
31	水	秋季総合開会式	

山城夏季陸上大会結果 (8位まで)

1年女子 800m	第3位	大継 詩乃	(府大会出場)
共通男子 3000m	第5位	菅原 雄翔	(府大会出場)
共通男子走高跳	第5位	柴田 陽太郎	(府大会出場)
共通男子走幅跳	第5位	太田 錬	(府大会出場)
共通女子走幅跳	第7位	門田 夕芽	
1年女子 100m	第8位	齋藤 亜美	



【学割証申し込みについて】

夏休みに入ると帰省や旅行など学割を活用される機会が多くなると予想されます。学割証の発行には時間がかかることもありますので、担任の先生まで余裕を持った申請をお願いします。

3年生修学旅行

6月12日(日)～6月14日(火)まで、3年生は修学旅行に行ってきました。長野県の志賀高原で、普段できない様々な体験をすることができ、思い出に残る修学旅行になりました。豊かな自然の中でのアクティビティや、夜のクラスでのレクリエーションなど、どの生徒もとても楽しそうに活動をしていました。今回の修学旅行で学んだことを、これからの学校生活にいかしていきましょう。

