

## 充実の秋・2学期が始まりました

校長 佐野 眞吾

厳しい暑さと豪雨が日本列島を繰り返し襲ってくるような夏でした。被災された方々には心よりお悔やみと早期の復興をお祈り致します。

夏休み、生徒の皆さんはそれぞれに有意義な日々を過ごしたことと思います。幸い、命に関わるような事故や大きな事件もなく、無事に新学期を迎えることができました。自分自身が今生かされていることに感謝することから2学期をスタートしたいと思います。

保護者の皆様、お子様の夏休みはいかがだったでしょうか？休み明け、落ち着いた学校生活を送るためにも、生活のリズムを整えるのにご協力をお願いいたします。

地域の皆様、生徒の様子を温かく見守っていただき、誠にありがとうございます。これからも宜しくお願いいたします。

さて、2学期が始まって2週間が経ちますが、1学期同様、日々の授業に前向きに取り組む姿が見られます。

ここで、8月27日全校集会で話した内容を再度一部掲載します。

「2学期は最も勉強に打ち込むことができる時期だと思います。自分の目標をもう一度再確認してください。以前、スモールステップというお話しをしました。今できる少しの努力をとにかく続けことが大切というお話しでしたが、目標が決まってもいざやるとなると、怠け心がでてしまい、三日坊主に終わってしまうという人はいませんか。そういう人はどうしたらよいのでしょうか。これは私の実践例ですが、やらざるを得ない環境に自分を置くという方法です。家庭ではどうしても気が散ってしまうとか、誘惑に負けてしまうので、誰もが静かに読書したり、勉強したりしている所へ行きました。地区センターとか図書館です。そういう所に身を置くと自然に心が勉強モードになって集中できました。また、家族の協力が得られるなら、例えばですが、夜の一定の時間になったら家族全員の一人ひとりが、静かに本を読んだり勉強したりという環境をつくるのも一つの方法かもしれません。

しかし、いずれにしてもそれをただやらせては意味がありません。大切なことは集中力です。やらされる3時間より、やる気の30分という言葉があります。集中して短時間やった方が効果的であるということです。」というお話しをしました。時間のけじめをつけるためにタイマーなどを利用してもいいかもしれません。「自分で時間を決め、気持ちを切り替えて集中できた時は後で自分にご褒美をあげていた」と本校のある先生は自分の体験談を話してくださいました。

一番長い2学期ですが、くじけそうになることがあっても、自分に負けないで是非、頑張ってください。



## 地球の果てで仕事をする ～極地への憧れと覚悟～

3度の日本南極地域観測隊への参加を始めとして、極地での野外調査をもとに生命と自然の不思議さ、すばらしさを伝えることをライフワークとしている植物生理生態学者で早稲田大学高等研究所 助教 田邊優貴子先生の講演を聴く機会がありました。

1978年、青森に生まれ、小学生の頃テレビで偶然見た極北の地にあこがれを持ち、大学4年の時に真冬のアラスカエスキモーの村で過ごしたのを始めとして、世界の極地を旅し、人間が暮らす同じ地球上とは思えない圧倒的な自然と、そこに暮らす生き物の姿に魅せられ、極地をフィールドにした研究者になったそうです。祖母は体が動かなくなる遺伝性の病気であることが、自分の背中を押し、自分の体が動くうちにやりたいことをやりたいと、今も極地での調査活動に明け暮れています。

南極は地球上の淡水の70%が氷床として存在し、低温、乾燥状態でバクテリアが極端に少なく、氷の下から2000年前のアザラシのミイラが発見されても少し苔がついている程度で見つかるそうです。南極生活のエピソードとして、3ヶ月風呂に入らず、下着も一月に一回替えれば十分で、たまに洗髪をしてタオルで拭く程度で戸外に出ると、髪は瞬間にハリセンボン状態だそうです。そういう極限状態での生活では、年齢や地位、性別に関係なく、知能、体力、感覚をフル稼働して協力しないと生きていけない、人間社会の原点があるというお話しでした。

そこでは一人ひとりに重要な役割があり、たった一人が欠けても生きていけない厳しい条件にあるのだと思いました。人の協力について考えさせられました。

### 30(金)に『大地震を想定した避難訓練』が行われました。

今年度、二回目の避難訓練が行われました。今回は、「学活中に震度6弱程度の地震が発生し、校舎内の損壊はなし」という設定で行いました。地震がおさまってからすぐの一次避難（体育館避難と生存確認）、その後の二次避難（保護者引き渡しまでの避難）の二段階に分けての訓練でした。

有事の際の自分の命を守る訓練ということもあって、生徒全員真剣に取り組みました。



### 9月1日(月)学校保健委員会が行われました。

学校保健委員会を、9月1日に開催いたしました。

今年度は、「野菜を使ったおいしい簡単レシピを考え、自分で作って食べられるようにしよう。」をテーマに取り組みました。生徒たちが考えた5品のメニューを保健委員の生徒が分担して作り、試食をしました。西谷中隣のなないろ畑で実ったとれたて野菜も使って、PTA保健委員の方々や保土ヶ谷区のヘルスマイトにもご協力いただき、おいしい・楽しい試食会となりました。

詳しくは、文化祭で展示発表の予定です。



## 平成26年度 部活動 夏の記録 (今年も大活躍でした)

### サッカー部

横浜市立中学校総合体育大会 サッカー競技の部 2回戦進出

### 陸上競技部

全日本中学校通信陸上競技神奈川県大会

女子1年100m第2位 三村香菜実 女子3年100m第2位 前田柚奈

女子共通200m第7位 前田柚奈 女子共通四種競技第8位 今津明日花

女子共通4×100m第5位 川名彩也香、前田柚奈、今津明日花、中村萌花

保土ヶ谷区中学校陸上競技大会 女子総合 第2位、男女総合 第3位

関東中学校陸上競技大会 女子3年100m第3位 前田柚奈

全日本中学校陸上競技選手権大会 女子100m準決勝進出 前田柚奈

ジュニアオリンピック陸上競技大会 第16回選手選考会

Cクラス男子走幅跳第3位 和田哲幸 Aクラス女子100m第1位 前田柚奈

Bクラス女子砲丸投第4位 波戸崎舞 Cクラス女子100m第4位 三村香菜実

### 野球部

横浜市総合体育大会 軟式野球の部 3位

神奈川県総合体育大会 軟式野球の部 出場

### ソフトテニス部

男子：横浜市総合体育大会 団体ベスト16 個人ベスト8 小八木・光本組

神奈川県総合体育大会 個人ベスト16 小八木隆斗・光本祐斗組

女子：横浜市総合体育大会 団体ベスト32 市民大会2年団体戦 ベスト8

### 女子バレーボール部

夏季保土ヶ谷区大会 準優勝

横浜市総合体育大会 出場

### バスケットボール部

男子：横浜市総合体育大会 出場 女子：横浜市総合体育大会 3回戦進出

### バドミントン部

全日本ジュニア横浜市ブロック予選

女子個人戦ダブルス 第5位 小森冨花・藤崎衣織 組

女子個人戦シングルス ベスト16 篠寄香穂

### 剣道部

横浜市総合体育大会 女子団体 2回戦進出

男子団体 3回戦進出

### 柔道部

横浜市総合体育大会柔道競技の部 女子個人戦 第五位 宗像まい (県大会出場)

男子個人戦 第五位 宗像剛気 (県大会出場)

第九位 田中颯希 (県大会出場)

神奈川県総合体育大会 女子団体戦出場 宗像あい 今田紀佳 宗像まい

保土ヶ谷区大会柔道競技の部

男子五人制団体戦西谷中Aチーム 優勝 上田 末松 三浦 宗像 斎藤 田中

男女混合三人制団体戦 西谷中Cチーム 優勝 植村 宗像まい 野本

個人戦 一年生男子の部 優勝 三村陵馬 三位 栗原城大朗

三年生男子の部 準優勝 宗像剛気 三位 田中颯希

女子の部 準優勝 宗像あい 三位 宗像まい

### 卓球部

横浜市立中学校総合体育大会 卓球競技の部 男子団体戦 ブロック予選出場

横浜市立中学校総合体育大会 卓球競技の部

女子個人戦 根本雛実 2回戦進出 安岡美咲 2回戦進出 五十嵐智晴 1回戦進出

横浜市カデット夏季卓球大会

男子個人戦ブロック大会1年の部 3位 堀川裕太

男子個人戦ブロック大会2年の部 川井康平 4回戦進出 (ベスト8)

### 水泳部

全国大会：佐々木杏奈 400m個人メドレー3位 200m個人メドレー6位

県大会：14名出場！ 佐々木杏奈 400m個人メドレー優勝 (大会新記録)

市大会：19名出場！ 佐々木杏奈 400m個人メドレー優勝 (大会新記録)

阿部 菜穂 400m個人メドレー8位

区大会：男女総合優勝 男子総合3位 女子総合優勝

佐々木杏奈 400m自由形 大会新記録

### 空手部

横浜市空手道選手権大会 中学1年男子組手の部：第3位 舟橋陽生

中学2年女子組手の部：第3位 村川花音

中学女子団体組手の部：準優勝

神奈川県春季青少年空手道選手権大会 中学女子団体組手の部：第4位  
杉山神社演芸大会参加!!

科学部

文化祭に向けて「ピタゴラスイッチ」作製（現在進行中）

美術部

「川島町こどもログハウス」の窓にイラスト制作

ギター部

全国学校ギター合奏コンクール2014 銅賞受賞

演劇部

横浜市中学校演劇発表会（中部地区） 優良賞受賞

県演劇講習会・市演劇ワークショップに参加

吹奏楽部

サマーマーチングフェスティバル2014（一般社団法人日本マーチングバンド協会）  
優秀賞受賞

### 8/23 杉山神社祭礼で型を披露する空手部



### 8/31 西谷フェスティバルでパレードする吹奏楽部



生徒指導専任教諭 中村 悟

夏休み中の大きな事故等はなく、元気よく過ごしていました。これからも、子どもたちにとって充実した中学校生活が送れるように、ご支援をお願いします。

10月17日（金）児童生徒交流日（小学校と中学校との交流日）

11月19日（水）教育講演会 10：00～12：00 場所：西谷中学校

### 主な予定

9/10(水) 前期期末テスト1日目 英・国・美(1・2年のみ)

11(木) 前期期末テスト2日目 社・技家・音

12(金) 前期期末テスト3日目 数・理・保体

16(火) 前期専門委員会(反省)

19(金) 3年卒業アルバム用個人写真・学級写真撮影(6校時)

22(月) 全校委員会

24(水) 文化祭実行委員会

25(水) 個別支援級合同体育祭(三ツ沢陸上競技場)

29(月) 第1回選挙管理委員会

30(火)～10/3(金) 3年保護者面談(連絡カード配布)

10/2(木) 朝会

6(月) 後期専門委員会 文化祭週間【～24(金)】

7(火) PTA第6回運営委員会 全校委員会

8(水) 文化祭参加団体説明会

10(金) 1・2年連絡カード配布