



河中だより

○実力を養う
○友愛を深める
○品性を高める

《第20号》

2024年1月19日発行

宇都宮市立河内中学校

校長 森下 薫

学校が再開されました

冬休みが明け、9日（火）から学校が再開されました。落ち着いた中で学校生活を送っており、授業はもちろん、3年生は高校入試に向けて、1・2年生は部活動にも全力で取り組んでいます。元旦に立てた1年の目標をかなえるために、日々の学校生活を頑張っていると思います。

冬休み明け 部活動の様子



2学年保護者会を行いました

12月22日（金）5・6校時に2学年保護者会を行いました。校長の話の後、学年主任から学習・生活の振り返りがありました。続いて、1月に実施する立志式・スキー教室について、3年生での修学旅行について説明をしました。夏休み以降、学校行事や部活動において学校の中心になって頑張っているという自覚が出てきた2年生です。来年度に行われる学校行事や大会・コンクール、各種活動に向けて、引き続きしっかりと取り組んでほしいと思います。保護者の皆様、お忙しい中ありがとうございました。



◇また、後半には社会体験学習（宮っ子チャレンジウィーク）の発表会を、各教室で行いました。◇



3年生 私立高校入試が続いています

受験は団体戦…互いに切磋琢磨し、学級や学年の雰囲気の良い状態で入学試験当日を迎えてください。

今年に入り、4日（木）から私立高校の入学試験が始まりました。第1回入試の結果が出て、ほっとしている人もいるかと思います。今後、第2回目をチャレンジする人がいますし、県立高校の特色選抜もあと18日です。3年生においては、時間に流されることなく一日一日を大切に過ごしてほしいと思います。私立高校に進学を決めた人は、卒業までの間、受験によるプレッシャーから解放されることになります。しかし、進学後のことを考えて、この後も気を抜かず学習を続けてください。また、これからが本番の人も多くいますので、ぜひその仲間が100%の力を発揮できるようサポートをお願いします。

三者懇談・教育相談を行いました

1月11日（木）から17日（水）まで、三者懇談、教育相談を行いました。3年生の三者懇談では、県立高校入学試験に向けて最後の確認をしました。特色選抜・一般選抜において自分の力が100%発揮できるよう、残りの日々を過ごしてください。1・2年生の教育相談では、これまでの振り返りと進級に向けての話し合いをしました。進級後の自分を思い浮かべ、自覚をもって4月までの日々を送ってください。



こつこつと歩を進めること

以前勤めていた学校の先生方が、山梨県の河口湖マラソン（現・富士山マラソン）に参加しており、私が4月に異動してすぐマラソンに誘われ、40歳半ばを過ぎて42,195kmのフルマラソンを走ることになりました。11月の本番に向けて、約半年間、夜間に練習を始めました。初めは5kmから10km、休日には20km近くを走ることもありましたが、「せっかくの機会だし、マラソンを完走したらどんな気持ちになるんだろう。」と軽い考えから出場しましたが、当日は想像以上の厳しい現実が待っていました。記念すべき第1回目、30kmまでは順調に走りましたが、残り10kmはほとんど歩いてしまいました。これまでに経験がないほど体に力が入らず、腕は振れない、足は動かない状態でした。それでも何とか完走（歩）し、5時間11分でゴールしました。2回目は反省を生かして、40kmまで歩くことなく（2,195kmは歩きましたが）、4時間50分（生涯ベスト記録）で走ることができました。

よく、人生をマラソンに例えることがあります。「山あり谷あり、つらいことを乗り越えた先にゴールが待っている。」と言うように、走っている最中、足が痛い、腰が痛い、まだ終わらないの、と思いながらもゴールしたときには、疲れよりも感動がわいてきました。途中歩いて、こつこつと前に進めばゴールできます。コースの途中では給水所があったり、沿道にいる人がチョコレートやバナナを出してくれたり、知らない人たちも応援してくれました。3回目以降は、練習も本番も無理せず、制限時間の6時間以内にゴールできるように参加しました。

その当時、一緒に走った先生方は、退職や別の県立高校に異動していますが、今でも集まれば、マラソンの話に花が咲きます。私はマラソンによって、こつこつと歩を進めていくことの大切さを体験できたこと、また一緒に走った仲間が今でも集まって盛り上がる、そんな先生方と出会えたことが私の財産になっています。