



# すずしろ

～開拓・発展・完成～

12月第9号

平成28年12月15日

開進第四中学校だより

校長 新村紀昭

## 自分のために、人のために

副校長 杉田正穂

1年が経つのは早いもので今年もあと僅かとなりました。振り返ってみれば今年はりオ・オリンピック・パラリンピックで盛り上がり、観戦している私たちに多くの種目で多くの選手たちが感動を与えてくれました。そして、2020年に開催される東京大会に夢と希望が引き継がれ、多くのアスリートたちが次の東京へ目標をもった1年でもあります。オリンピック・パラリンピック東京大会では、今の中学生は高校生、大学生になっていますから、開四中からもオリンピック選手として活躍する人、大会運営や大会ボランティアで頑張っている人もいるかもしれません。

さて、今年も開四中ではオリンピック・パラリンピック教育推進校として体力向上、ボランティアマインドの醸成に取り組んでいます。

体力向上では毎日の朝練習を行い、12月2日に行われたマラソン大会に向けての練習にはたくさんの生徒が参加していました。マラソンは辛くてあきらめそうになってしまう人も多いでしょう。しかし、ゴールした時の達成感はまたひとつ自分を成長させてくれます。当日、走っている途中で体調を崩しながらも最後まで走りきった生徒がいました。1秒でも速く、最後まであきらめずに走り、やり遂げるようとする姿に心から拍手を送りました。心が折れそうになっても負けない気持ちがあったからこそゴールできたのだと思います。

ボランティアマインドの醸成への取り組みでは、地域行事への参加、小学生との交流、夜間防災訓練、高齢者福祉体験などがあります。小さなことでも自分たちの行動が誰かの助けになり、それを喜びとすることや他者を思いやる心などがボランティアマインドです。



城北公園にてクリーン運動

先日のクリーン運動もその一つです。城北公園の広さでは落ち葉清掃をしてもほんの一部しかできません。それでも、一生懸命に取り組んでいる姿に感心しました。

もう少しで今年も終わりです。21日（水）には学校でも大掃除があり、年末にはそれぞれの家でも大掃除があると思います。1年分の汚れを落とすことは大変かもしれませんが、仲間や家族で協力してきれいすることやきれいになったときの達成感が、新年を新たな気持ちで始めることにつながります。冬休みも勉強や部活動で忙しいこともわかりますが、自分のため、人のため、みんなのために、大掃除を一緒にしてほしいと思います。

新校舎改築工事では2年間にわたりご理解とご協力いただき、9月からは新校舎で学校生活がスタートできました。多くの方のご尽力により、すばらしい校舎が完成したことを心より感謝申し上げます。

開四中の生徒、保護者、地域の皆様が穏やかな年末年始を迎えられることを心より願っています。また、学校評価アンケートのご協力ありがとうございました。来年も学校の教育活動にご理解とご協力いただきますよう、お願い申し上げます。

# マラソン大会を終えて

保健体育科 齊藤 亮介

マラソン大会当日は天候にも恵まれ、快晴のなか実施することができました。

生徒はマラソン大会当日までの約1ヶ月、朝練や体育の授業などで自分の力を最大限に伸ばすために努力してきました。本番では、生徒ひとりひとりが1秒でも早く、1つでも順位を上げようと一生懸命取り組んでおり、成長を感じました。

マラソンはよく人生に例えられ、自身の努力がそのまま結果として表れる競技です。そのため、どれだけ練習したか、その練習のなかでどれだけ自分の弱さを克服していくかが問われます。今回のマラソン大会に向けてのさまざまな取組の中で、多くの生徒が自分の心に打ち克ち、自分自身の力を伸ばすことができました。これからの中学校生活のさまざまな場面でも、今回のような心の強さをもって一生懸命取り組み、自分自身で成長していける人になってほしいです。生徒のみなさん、よく頑張りました。これからも校訓にあるように心身を「鍛え」自分を成長させましょう。

マラソン大会の実施に向けて、保護者の方々や城北中央公園の方々、また近隣の方々の御理解、御協力をいただき、大変感謝しております。ありがとうございました。また、来年度以降も生徒の成長に繋がる大会にしていけるよう努力していきます。

## マラソン大会結果上位5

1年男子		
順	タイム	生徒氏名
1	17分30秒	印南 佐介
2	17分42秒	安間 虎太郎
3	17分53秒	宮野 滯大
4	18分03秒	鈴木 響
5	18分29秒	新井 璃久

1年女子		
順	タイム	生徒氏名
1	11分30秒	安藤 穂乃花
2	11分53秒	鈴木 花梨
3	12分10秒	金内 あずさ
4	12分27秒	青木 真琴
5	13分02秒	北村 優羽



2年男子		
順	タイム	生徒氏名
1	17分00秒	藤田 啓佑
2	17分48秒	宮島 魁
3	17分48秒	安藤 絢翔
4	17分56秒	澁谷 恵斗
5	17分59秒	内田 大貴

2年女子		
順	タイム	生徒氏名
1	11分25秒	板倉 香々葉
2	12分02秒	風祭 結愛
3	12分56秒	中曽根 真生
4	12分59秒	長岡 里咲
5	13分03秒	城所 美優



3年男子		
順	タイム	生徒氏名
1	16分58秒	松館 登志朗
2	17分31秒	片倉 駿
3	18分09秒	鈴木 柚二
4	18分17秒	菊地 康太
5	18分21秒	趙 庸眞

3年女子		
順	タイム	生徒氏名
1	12分14秒	吉田 菜々美
2	12分48秒	山川 優希子
3	13分26秒	谷口 凜花
4	13分29秒	藤野 柚里
5	13分31秒	戸田 葉月



3年男子 松館 登志朗さんは大会新記録でした。

## 朝の体力づくり

陸上競技部顧問 小林 陽介

10月18日～12月1日までマラソン大会に向けて、朝の体力向上の取り組みを行いました。多いときは80名くらいの生徒が参加しました。練習内容は、男子は3000m、女子は2000mのタイムトライアルや個々の実力に合わせてインターバルトレーニングなどが中心でした。始めは、少し走るだけで「もうだめだ。」と言っていた生徒も練習を重ねていくうちに、速いペースで走れるようになり、自信をつけた生徒が多かったです。練習の成果は『練馬区一周カード』を利用して走った分の距離だけ色を塗り、記録をしました。練習期間に練馬区を2周分（およそ80km）走った生徒もいました。本当によく頑張りました。マラソン大会終了後も、朝の取り組みは継続して行っていますので、これからも多くの生徒の参加を待っています。



## いじめ撲滅宣言

11月は「いじめの未然防止や早期発見に向けた強化月間」として、いじめ撲滅についてみんなで考えてきました。いじめ撲滅宣言をして ～いじめをさせない 決して許されない～ をみんなで誓いました。各学年の代表作をご紹介します。

### 1年B組 志水 晴香

いじめはしてはいけない、あってはいけない事だ。だから私は嫌がる事をしてしまったら謝る。見つけたら止める。私は相手の気持ちを考えていきたい。私はいじめを起こさせない。もし起きたらやめると宣言します。

#### 〈作品にこめた思いや願い〉

いじめている人は知らないが、いじめられている人にとっていじめはとてつらくて悲しいものだと思う。私はこんな人を助けたい。そういう思いで書きました。今まで無意識に人を傷つけてしまっていたかもしれないので、これからは気をつけたいとこの宣言を通して改めて気付きました。

### 2年D組 長岡 里咲

あなたの言動で世界は変わる 「相手の気持ちを考えよう！！」

#### 〈作品にこめた思いや願い〉

たった一言の言葉やたった一つの行動でいじめられている人、いじめている人の世界は変わる。私はそう信じています。心の中で、感情を抱いているだけではなく、行動や言葉に移して実行しましょう。そして、常に相手の気持ちを考えましょう。いじめのない明るい世界を全員で目指しましょう。そんな世界になることを信じています。願っています。

### 3年C組 山川 優希子

命はお金では買えない。命は作ろうと想っても作れない。命は必ず誰かに愛されている。そんな命が日々キラキラとした笑顔で満ちあふれている学校にしていきます。

#### 〈作品にこめた思いや願い〉

みなさんにもう一度、命はどれだけ大切なものか考え直してほしいと思い作成しました。

## 「税の標語」入選作品

「考えよう みんなの暮らしと消費税」東京税理士会 練馬東支部 支部長賞  
2年C組 安部 敬貴  
「国を支える消費税 国民を想った消費税」練馬東関税会 入選 2年B組 門馬 美波

## 平成28年度 中学生の税についての作文

東京都主税局長賞「無限の可能性」3年C組 後藤 麻友  
練馬区長賞 「社会の割り勘」3年A組 冨田麟太郎

東京都では、全国納税貯蓄組合連合会及び国税庁が主催する、中学校の「税についての作文」の応募作品のうち、特に優れた作品に対して、東京都都知事賞（1名）及び東京都主税局長賞（3名）が贈呈されます。

## ☆部活動大会結果 躍動する開四中生！！

- 第15回練馬区中学校駅伝大会 光が丘公園陸上競技場  
女子 9位 **男子 Aチーム 準優勝** Bチーム 13位  
区間賞 女子第4区 安藤穂乃花 3位 男子第1区 藤田 啓佑 3位 第3区 菊地 康太 3位  
第4区 片倉 駿 3位 第6区 松舘登志朗 3位
- 野球部 多摩武蔵杯決勝トーナメント 1回戦：東大和四中 4-3 開四中 **ベスト16**  
V9 黒江修透中学校野球大会ナインカップBリーグ 桜川中 4-2 開四中  
朝霞一中 8-1 開四中 予選リーグ敗退
- バレーボール部 東京都新人大会第三ブロック大会 第三ブロック 3位  
東京立正 0-2 開四中 大泉学園 1-2 開四中 文大杉並 2-0 開四中  
東京都新人大会 都大会 文京女子 2-0 開四中  
練馬区民大会 開一中 0-2 開四中 富士見中 0-2 開四中  
光三中 0-2 開四中 **決勝リーグ進出**
- バドミントン部 新人大会Bブロック大会 団体戦  
◇男子 1回戦：神谷中 1-2 開四中 2回戦：淑徳巣鴨中 2-0 開四中  
5位決定戦トーナメント 神明中 1-2 開四中 練東中 0-2 開四中  
第59回 東京都中学校バドミントン新人大会  
1回戦：小平三中 0-2 開四中 2回戦：足立七中 2-0 開四中  
**東京都ベスト16**
- 剣道部 第55回東京都中学校秋季大会 都大会  
1回戦女子：板橋一中 3-1 開四中
- 陸上部 11月20日 第69回（男子）第31回（女子）東京都中学校駅伝競走大会  
男子 34位 1区 藤田 2区 松舘 3区 山内 4区 菊地 5区 宮野 6区 鈴木  
女子 52位 1区 板倉 2区 鈴木 3区 吉田 4区 金内 5区 安藤