



# 学校だより

<http://www.hikarigaoka1-j.nerima-tky.ed.jp>

練馬区立光が丘第一中学校  
平成31年3月1日発行

## 心のこもった卒業式

校長 境田 聡

校門のそばにある紅白の梅も満開を迎えようとしています。3年生の進路決定は、あと少しのところまでできました。この1年間を振り返りながら、4月からの新しい生活を思い描いている人もいます。

3月19日（火）の第35回卒業式まで、あと2週間余りとなりました。卒業式は、本校にとってとても大切な儀式です。3年生にとっては、まさに前途洋々とした門出です。1・2年生にとっては、上級生に進級し、本校の大きな柱として成長していく決意をするための儀式だと思います。

卒業式が、全生徒の今後の活躍を祈り、心がこもったものにしたいと思います。

## スキー教室の一コマ

2年生は、2月19日（火）～22日（金）に長野県上田市武石においてスキー教室を実施しました。初日は雨が降りましたが、後の行程は天候に恵まれ充実したスキー実習となりました。

スキー教室において、ベルデ武石の所長さんから本校の生徒のすばらしさを指摘していただきました。それは、下駄箱の靴でした。ベルデ武石についての時は、雨が降っていました。開校式を外でやる予定でしたが、館内のロビーでやることになりました。早々に生徒たちは、荷物を持ち靴を下駄箱に入れ、ロビーに整列しました。滞りなく開校式も終えた時に、所長さんから「光が丘第一中学校の生徒は、すばらしいですね。」と声をかけられました。「下駄箱の靴ですよ。」と、さらに「こんなにきれいに下足が入れているのを見るのは初めてですよ。」と言われました。どのように急いでいる時でも、いつもやっていることを忘れず、てきぱきとやった2年生、見事でした。とても誇らしく思いました。

## 3月の主な予定

1日（金）都立一般入試発表(3) 領域別診断テスト(1・2)	18日（月）卒業式準備
4日（月）全校朝礼	19日（火）第35回卒業式
7日（木）臨時時間割始(3)	22日（金）美化活動 保護者会(1・2)
8日（金）校外学習(3)	25日（月）修了式
11日（月）生徒朝礼	26日（火）春季休業日始（4月5日まで）
12日（火）卒業式練習始	平成31年度 始業式は、4月8日（月）です。
13日（水）卒業式全校練習	
15日（金）卒業式予行 職員会議 卒業を祝う会	

## 東京都オリンピック・パラリンピック教育

2月9日（土）3校時に1学年では、「東京都オリンピック・パラリンピック教育」推進として、日本パラ・パワーリフティング連盟から樋口健太郎選手を講師としてお迎えしました。

樋口選手は、2月3日に全日本選手権大会72キロ級で2連覇を達成しました。現在は様々な大会に出場しながら「2020東京パラリンピック」日本代表としてトレーニングに励んでいらっしゃいます。当日は樋口選手のパワーリフティングの実演とお話、希望者体験を行いました。競技方法は、仰向けに寝た姿勢でバーの両側に重りを加え、一瞬の集中力でバーを持ち上げます。実演では、生徒の皆が集中してバーを持ち上げる様子を見守りました。その後、希望者40名が挑戦し、数名の生徒はバーを持ち上げることができました。



## スキー教室

第2学年は、2月19日（火）～2月22日（金）長野県上田市武石の番所ヶ原スキー場で、スキー教室を行いました。

初日はスキーブーツやスキー板の着脱方法、スキーの止まり方など基本的なことを学びました。2日目は快晴で、動くとき汗をかくほどでした。前日に学んだ基本を復習し、ボーゲンで滑りました。夕食後は体育館でフォークダンスをしました。3日目はリフトに乗って上から滑りました。今年は暖かいため近くの山に雪がなく、リフトからの眺めも葉の落ちた木々の山肌が見えました。この3日間でスキーの経験が全くない初心者が、最終日には滑ることができるようになって実習を終えることのすばらしさを実感しました。3日目の夜も体育館でレクリエーションとして、「バナナ鬼」「たまご泥棒」「ドッジボール」を行いました。楽しい時間を過ごしました。



## 生徒の活躍

バドミントン部	1年生研修大会（第3ブロック）男子シングルス3位
防災標語コンクール	表彰 「自分を守る。みんなも守る。」