



スポーツの基本は「走ること」と「続けること」

校長 前泊 勝利

9月27日（日）に体育大会があります。ご参観・ご参加をよろしくお願いいたします。

私はスポーツの基本は「走ること」と「続けること」だと思っています。私の中学生時代には放課後に5分間走がありました。私は長距離が得意ではなかったのですが、毎回真面目に取り組みました。その成果として中3時に1500mを4分台で走れるようになりました。短距離は幼い頃からある程度速かったのですが100mも11秒台で走れるようになりました。長距離を練習すると短距離も早くなるようです。

教師になり2校で女子バレーボールや野球の顧問をしながら、陸上の指導をしました。種目に関係なく練習しました。陸上の練習は土日のための2時間程度でしたが、高校生になり陸上（短距離、長距離、投擲）の全国インターハイに出場した生徒がいました。陸上競技だけでなく、大相撲の関取やプロ野球選手になった生徒もいました。このように自分が走ったことと指導したことからスポーツの基本は「走ること」と「続けること」だと思っています。

「続けること」はスポーツだけではなく。全てのことにいえると思います。学習もそうです。学習はすぐに結果は出ないことのほうが多いです。私は継続して取り組んだことはいつか結果として顕れると信じています。

ところで適度な運動には次のような効果があるとされています。

- | | | |
|----------|-----------|---------|
| ①ケガ防止 | ②不眠症改善 | ③骨粗鬆症予防 |
| ④疾病予防 | ⑤学力アップ | ⑥疲労減少 |
| ⑦生活習慣病予防 | ⑧体内メンテナンス | |
| ⑨基礎代謝アップ | ⑩肩こり・腰痛改善 | |

10月は「体力づくり強調月間」です

2 学期始業式・表彰式

長かった夏休みが終わり、2学期が始まりました。始業式では、生徒代表の辺木碧音さんが、「夏休みは様々な体験をすることができました。2学期は自分たちから進んで行動していきたいです。」と発表しました。落ち着いた態度で、自分の思いをしっかりと伝えることができました。

また、町図画作品コンクールの表彰を行い、特選を受賞した辺木碧音さんが代表で表彰されました。

さらに、8日（水）の全校朝会では、町児童生徒作文コンクールで特選を受賞した、西田天明さんを表彰しました。受賞された皆さん、おめでとうございます。



親子ふれあい作業・PTA主催バーベキュー

8月29日（土）の7時から、親子ふれあい作業を実施しました。朝早くから総勢41名の皆様に御参加いただき、校内が大変きれいになりました。御協力いただいた皆様に心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

また、この日の16時から、PTA主催のバーベキューを行いました。「夏の終わりに、親子や教職員が一緒になって楽しい時間を過ごせたら」という思いから、龍宮PTA会長が企画・運営してください、実現したものです。子どもたちは、お腹いっぱい食べた後にバレーボールなどで体を動かして遊び、また食べに来るなど、楽しい時間を満喫している様子でした。保護者の皆様も、協力しながら肉や野菜を焼いたり、焼きそばや焼きおにぎりを作ったりと大忙しでしたが、会話を楽しみながら、おいしくいただくことができました。

朝から夜まで、龍北中学校に関わる皆様とふれあうことのできた、心温まる一日となりました。



1週間のラジオ出演

御縁があり、あまみエフエムの「ヒマバンミショシナ」のクイズコーナーに、14日から18日までの1週間、3年生5名が出演しました。パーソナリティーの方々に盛り上げていただき、終始明るく楽しい放送となりました。



閉校記念大会は嘉渡の八月踊り



今年度の体育大会で披露する八月踊りは、嘉渡集落の踊りです。集落から11名の方を講師としてお招きし、生徒たちと輪になって練習しました。集落ごとに特色があるため、戸惑う生徒もいましたが、練習の終わりには皆しっかりと踊れるようになっていました。さすが島の子どもたちです。終わりに牧 龍飛さんが、普段から顔なじみの方々の前で照れながらお礼の言葉を述べました。

最後の体育大会では、集落の垣根を越えて、みんなで八月踊りを楽しみたいと思います。

龍郷町島口ラジオ体操第二完成!

龍郷町でおなじみの、15時に流れる防災行政放送のラジオ体操は、安木屋場にお住まいの伊勢勝義さんの声で放送されています。本校の前泊校長は「最後の体育大会に龍郷町島口ラジオ体操第二があれば」と以前から話していましたが、伊勢さんに直接お願いし、あまみエフエムの御協力をいただいて、このたび「龍郷町島口ラジオ体操第二」が完成しました。お披露目は、閉校記念体育大会の準備運動です。どのような体操になったのか、どうぞお楽しみに！快くお引き受けいただいた伊勢さん、御協力いただいたあまみエフエムの皆様、ありがっさまりょうた〜。中学校ではラジオ体操第二を行う機会が多く、この「龍郷町島口ラジオ体操第二」がこれからどのように親しまれていくのかとても楽しみです。



10月の主な行事

- 1（木）地区総体駅伝大会
- 5（月）生徒会役員改選
- 13（火）教職大学院実習生受け入れ（～16日）
- 14（水）SC来校（午後）
- 18（日）町駅伝競走大会
- 19（月）防災訓練（地震・津波）

★ シルバーウィークを元気に楽しみ、また笑顔で会いましょう。みんなで力を合わせて、これからの学習発表会や行事を盛り上げていきましょう！

