あすなろの木

巻頭言より
編集者：校長 上田 薫
No. 18号
平成30年12月21日

2学期が終了
有意義な冬休みを！！

今日で2学期が終わり、明日からは、待ちに待った冬休み♪ Xmasや年越し、お正月…と考えただけでちょっとハバがウキウキしてしまいますね。いや、3年生のみんな、"それどころじゃない"とお叱られそうです。3年生のみんな、いよいよ自分の進路（目標）がより具体的に、そこに向かっての、すさに正念場（いうなれば：その人の真価を問われる、大事な場面）にさしかかっていきますね。天して焦らず、じっくり自分を信じて、ラストスパートです！ 頑張りなさい。応援しています。

1・2年生のみんな、このたびの学期末懇談で担任の先生から受けたアドバイスを常に頭に置き、自分のやるべきことにしっかりと立ち向かっていきましょう。

全校のみんなに言えること、それは、自分が中学生として様々な経験していることを大切にして欲しい、ということです。

いつも伝えている通り、日々の教科の学習や友達とのコミュニケーション、クラスや学年、部活動等、いろいろ人とぶつかり、悩んでいること、全てが、将来大人として歩んでいくために、欠くことのできない"力づくり"に他ならないのです。人には必ず"その人ならではの"味わい（良さ）"があります。この良さをどんどん、みがき、伸ばしていきましょう。そして"ここは、気をつけよう"、"改善できるようにしよう"という点については、そのことを意識して生活することを心がけましょう。よろしいですか、日々、全てが"学び"です。そう立派な大人として生きていくための"学び"です。焦らずに、じっくりと!!

<学校評価アンケート、協力へのお礼>

生徒のみなさん、保護者の皆様、この度は、学校評価アンケートにご協力してくださって、ありがとうございました。君たちの学校生活を、より良いものとするために意見をいただきました。現在、集計を行い、回答から、どのようなことに気をつけ、改善していけば良いかを分析・検証しています。

君たちの大半の人は今の学校生活を楽しく過ごしてくれているようですが、中には、「授業がわからない」ことや「クラスや友達とうまくいけない」ことや、また、「学校が楽しくない…」という気持ちを抱えてくれている人もいます。このことばは何とか耳を傾けなければと思っています。なぜそうなっているのかに気を配り、寄りそい伸べていきたいと考えています。今後、君たちにいろいろその思いや考えを出してもらうよう工夫等を探っていきます。

また、保護者の皆様からも、子どもたちの学校生活、特に課題面を心配するご意見等を寄せていただきました。また、この「あすなろの木」が、情報の伝達手段として大切にしてくださっているご意見も頂戴し、もっと頑張らねばと大きな励みとなっています。ありがとうございます。

貴重な数々のご意見を大切にし、子どもたちの充実した学校生活のために、生かしていく所存です。詳細は後日、お伝えいたします。

皆さん、ご協力、本当にありがとうございました。

<2018「奈良マラソン」に参加して> 12/9（日）私の「5マラソン日誌」より

突然ですが、本年最後の「あすなろの木」を通して参加しました、「奈良マラソン」での様子を紹介して、しめくくりたいと思います。

今日（12/9：日）、「奈良マラソン」を走りました。今回で7回目のフルマラソン挑戦でした。「ねぜ、マラソン…???」

この「奈良マラソン」は、今から遡ること前の2010年「平成遷都1300年（ヘいせんと）」：奈良に都ができた年、そう、710年から1300年が経過）を記念して始まりました。ただこの第1回目の大会では、10kmの部で出場をしました。正直、この時は、フルマラソンを走る自信など全くなく、

フルマラソンは「夢のまた夢」と考えていました。ただ、10kmとは言え、あれから久しぶりの事で、ちょっとプレッシャーを感じつつ、"とにかく挑戦だ！"と思い参加しました。そして本番は、無事に走り終え、とても清々（すがすが）しい気分を抱けたのですが、競技場に、次々とフルマラソンの部の選手の皆さんがゴールされてくるのを目にし、突然、私の心に"元体育教師"という、プライドに火がつき、「よし、君は、絶対にフルマラソンに出る!!」と決意したのです。後に「大変、大それたことを決意した…」と思い知ることになるのですが、こうして、翌年の2011年、私の「マラソン挑戦」の夢物語が幕を開けました。

初マラソンは、午前9時に出発、そして、テレビで聞いた「魔のうち5km超ぎ」を身体全部で体感し、両足の激痛に耐え、門限ぎりぎりの5時間45分かけゴールしました。とにかく、完走したくて、最後は走っているというより歩いている人とほとんど変わらないスピードでしたがゴールできました。その瞬間の喜びは本当に最高で、口では言い表せない"感動"でした。この感覚に酔いしれ、今年7回目の挑戦となったのです。

さて、今年の大会ですが、約12,000人の参加しました。朝の気温は3℃、この冬一番の寒さとなりましたが、日中は9℃ぐらいと、マラソン日和（びより）の好天に恵まれました。キラキラと太陽の光が眩（まぶ）しいぐらいで、とても心地良かったです。

奈良マラソンの特徴は2つあって、1つは、坂道が多く、コースの高低差が激しく、走るのには、結構"きつい"コースであること。

もう一つの特徴は、何と言っても沿道の方々の温かい声援です。他のマラソン大会に数多く参加している友人達が、ここ奈良マラソンの声援や応援のすごさを高く評価しており、スタート地点からゴールまでのほぼ全区間、小さな子どもから、お年寄りの方々、そして高校生を含む多くのボランティアの皆さんからの、大きな励ましと笑顔で走ることが出来るのです。今回も出来るだけ多くの方々と、タッチを交わしながら走りました。

また、驚くことに、いろいろなコスチュームやかぶり物（今年のNo.1は、ミニオンでした！）で42.195kmを走る人がいます。もちろん、この方々は全て「健脚ランナー」ばかりです…とにかくすごいことです。

当日の私は、スタートから10km、20km、折り返し（中間地点）、そして30kmまで順調でしたが、やはり35kmあたりから、足の痛みが限界を迎え、急激にペースが落ちていました。「もう歩いたら…」と、もう一人の私がささやき、何度もくじけそうになりました。そんな弱気の私に、沿道の方々が、声をかけてくださり、何とかゴールまでたどり着くことが出来ました。

結果「5時間16分46秒」、目標の4時間台は達成できなかったのですが、"やったぜ、完走！"、今回も、大きな大きな感動を味わうことが出来ました。

さて、マラソンから、何を得るのか、何のために、前述したように、私がマラソンランナーの仲間入りが果たせるとは、全く思ってもいませんでした。と言うより、頭から、絶対に無理なことと、決めつけていました。中学生の時から、長距離走は得意としていたので、長い距離を走るのは、向いていない、と考えていたのです。そう勝手に思いこんでいたのです。それが正しいかどうかは今もわかりません。ただ、人間「やれば出来る」ことを知り得たのです。

今も、決して私はフルマラソンを走れる才能があるとは思っていませんが、練習などで10km～20kmを走るのは、とても楽しいし、目標をもって、「とにかく、やりたい！」という強い気持ちをもって取り組めば、"人はそこに到達することが出来るのだ"ということを知ることができました。

みんなも同じです。目標をもって、信念をもって、コツコツ積み上げれば、やれるのです。

大切なのは「一歩目」を踏み出す勇気と行動力をもつことです。

新しい年が、もうすぐやってきます。

迎える2019年に、君たち一人一人の目標を立て、「一歩目」を踏み出してください！

この冬休み、「健康」にくれぐれも気をつけて、有意義な時間を過ごしましょう！

Have a Good Time!