



さわやか

令和8年3月2日
校長 本山久美子
担当 架谷 勇希



自分が好きなことを見つけて、夢中になることに飛び込んでいこう！

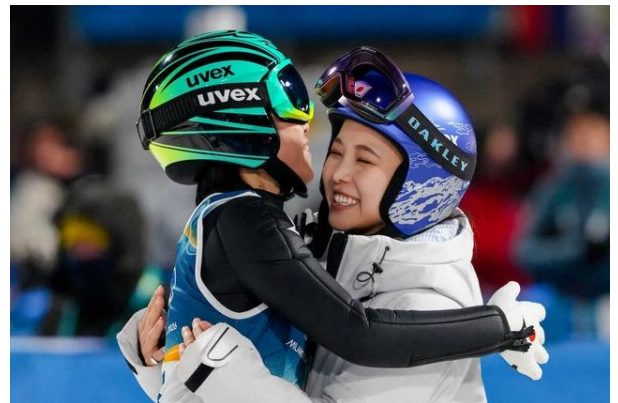
宇ノ気中学校長 本山 久美子

「最強・最長寒波」となった2月でしたが、今年の寒波は長く居座ることが特徴だったようです。そのような北陸の冬も、ここ数日の空気が冬から春へ移り変わってきていると感じます。3月5日は、二十四節気の一つで「啓蟄」といい、冬ごもりしていた地中の虫がはい出てくる頃といわれ、ようやく春の便りがやってきます。

さて3年生は、10日（火）と11日（水）には公立入試が、13日（金）には「第79回卒業証書授与式」が行われ、3年生にとってははいよいよ旅立ちの時となります。明るく元気に、そして前向きに頑張る3年生からたくさんの勇気や希望をもらいました。3年生には、これから関わる人たちや様々な経験を通して、何事にもプラス思考で素晴らしい未来への歩みを進めてくれることを願っています。

（3月の全校集会の話からです）

17日間にわたって開催された「ミラノ・コルティナオリンピック」で、日本は24個のメダルを獲得しました。その中で、スキージャンプ混合団体で銅メダルを獲得した高梨沙羅選手について紹介しました。4年前の北京大会では、スーツの規定違反で失格となってしまった高梨選手は「団体メンバーには選ばないでください」とコーチに相談したほど、苦しい4年間を過ごしてきました。「混合団体のトラウマは、同じオリンピックの舞台でしか返せない」と仲間の言葉に勇気づけられ、見事銅メダルを獲得しました。



集会では3年生に「挑戦（チャレンジ）」という言葉を送りました。「失敗してもいい、疲れたら休めばいい、どんな時でも自分を否定せず、前向きに進んでほしい」と。一人一人の生徒には自分の可能性を信じて、自分らしい道を歩んでほしいと思います。

これからも、私達宇ノ気中学校の教職員は、皆さんの応援団です！

「令和7年度 清水賞受賞者」

「清水賞」は、旧高松町の清水源太郎氏が家庭の経済的事情により進学できない中学生に奨学金を給付する「清水育英会」を設立したことに始まります。清水氏の信念をもとに、日頃努力する児童生徒を称えるために、昭和38年から現在まで表彰を継続しています。今年度本校の3名の生徒が受賞しました。3月12日（木）に井上教育長より、表彰状が手渡される予定です。3名の皆さん、おめでとうございます！

3年1組 中嶋 咲綺（なかしま さあや） 3年2組 神尾 幸歩（かみお さちほ）
3年3組 安達 可歩（あだち かほ）

○3月の学習目標「1年間の学習を振り返り、新学年に向けて準備しよう」

1年の終わりが近づいてきました。この1年間で、自分がどんなことができるようになったのかを振り返ってみましょう。成長を実感することは、次へのやる気につながります。一方で、「まだ十分にできていない」と感じることもあるかもしれません。新しい学年に向けて、1年間の学習内容をしっかり総復習しましょう。苦手なところを見直し、できることを増やしておくことが大切です。自信をもって新年度を迎えられるよう、効果的な復習の方法を紹介します。1・2年生は今から取り組み、3年生は次のステージでの学習にぜひ役立ててください。

1. 思い出す復習(アウトプット)

ノートや教科書を読むだけでなく、①問題を解く、②何も見ずに説明してみる、③テスト形式で解く。「思い出す練習」が効果的です。春休みの課題や過去のテストを上手に利用しましょう。

2. 間違い直し

「なぜ間違えたのか」「どの知識が足りなかったのか」を考えながら解きなおきましょう。
※ただ答えを写すだけは効果が低いです

3. 基礎に戻る

苦手分野は、基本問題や重要事項を確実に理解しましょう。それが土台になります。



「効果的な復習」とは……

「できるつもり」を「本当にできる」に変えるための復習です！粘り強く取り組もう

○3月の生活目標 「1年間の振り返り、次年度に備えよう」

生徒たちは、この1年間で大きく成長しました。学習、部活動、生活態度等々、自分の成長ぶりを具体的に振り返り、今年度の学校生活を最後までやり切ってほしいと思います。

キーワード「有終の美を飾る」

最後に良い形で終わるだけでなく、来年度につなげていくために、各学年で以下のことを頑張っていきましょう。

1年：先読みの行動（次のことを予測し、気づきの行動をする）

2年：メリハリ（授業、部活動、休み時間の切り替えを）

3年：最高の卒業式にする（晴れの舞台への準備をしっかりと）

【残心（ざんしん）の精神】を大切に！

残心とは、日本の武道において用いられる言葉で、心が途切れないという意味です。特に技を終えた後、力を緩めたり、くつろいでいたりしながらも注意を払っている状態を示します。また技と同時に終わって忘れてしまうのではなく、余韻を残すといった日本の美学や禅と関連する概念でもあります。

〈具体的には〉

- ・ 期末テスト、入試を終えた後こそ、その人の力量が試されます。次の目標をしっかりと立てて勉強していきましょう。
- ・ 卒業式、修了式後は春休みですが、新生活、新年度の準備期間です。規則正しい生活を送りましょう。3月は緊張感が切れがちになりますが、ご家庭でもお声がけをお願いします。