令和８年度　清瀬市立清瀬第五中学校　校長室たより ９月ノ１号　発行日 R8,9,2　　五中 HP

ひまわりノ畑



教育目標　思索　・和敬　・剛健

学校スローガン　笑顔 と あいさつ そして ありがとう

http://www.kiyose.ed.jp/kiyosedaigotyuugakkou/index.htm

山を超えれば、見える風景は変わる



　２学期の始業式で、久しぶりに生徒の皆さんに会うと、表情が精悍で一回り成長したように感じました。日焼けしてた生徒が多く、山や海に出かけ、海風に吹かれたり、山頂からの眺望を楽しんだのではと、想像します。

　人生を道や旅になぞった表現に「峠を越える」「山を越える」というものがあります。電車や車がなく、移動手段が、もっぱら徒歩だった時代、江戸から京都や大阪までは、片道２週間ほどで往復ではひと月以上、費用もかかり、旅行は人生の一大行事でした。東海道や中山道の途中には、箱根山や碓氷峠など、街道の難所がありました。険しい山道を登り切って、頂きに立ち、そこから見える風景は、現代人の私達が思う以上に達成感があり、最高に感じた事でしょう。本格的な登山の経験はありませんが、東京近郊にある高尾山や御岳山、金勝山などの低山には登ったことがあります。１時間程度の坂登りですが、それでも、汗でひんやりとした背中で、その頂きから見る景色には、感動します。旅先で、ロープウェイやリフトに乗って、手軽に山頂まで登って眺める風景は美しいですが、感動という点ではケタが違います。今はグーグルマップ等で、世界中のどんな場所の風景にも飛んで行けまし、ユーチューブでも公開されています。ＶＲゴーグルを使えば臨場感も凄くて驚きますが、それは一瞬で、ゴーグルを外したとたんに消えてしまい、あまり記憶に残りません。五感を使って感じるリアルな経験には、到底及びません。「峠や越える」「山を越える」は、人生における試練や苦境などを山や峠に例えて、苦難を克服し、心の底からホッとした心情を表した言葉です。



　皆さんは夏休みに、どんな山に上りをしましたか？　本当の山登りをした方もいると思いますが、部活や地域スポーツクラブ、習い事、勉強、趣味、自然体験活動、旅行など、リアルな体験や挑戦したことです。大きな山も、小さな山も、あるいは谷底もあったかもしれません。一つの大きな経験かも、幾つかの小さな経験かもしれません。それぞれの頂きから見えた風景どんなでしたか。公園のジャングルジムから見える風景のように、どんな小さな経験でも、そこを超えれば、ものの見方・考え方は変わります。

　２学期は、修学旅行（３年）、職場体験（２年）、川越校外学習（１年）、合唱コンクールなどの大きな行事、さらに様々な講演会などの小さな行事も目白押し、そして３年生は進路選択という巨大な山に挑みます。どれも一人で登るのではなく、友達や学級・学年の仲間、先輩や後輩、全員で力を合わせて越える山です。時には意見が対立したり、壁にぶつかったりすることも、教職員や保護者の皆さんの支援を必要とする時もあると思います。しかし山を越えたとき、皆さんの前には、最高の風景が広がっているはずです。様々な経験を通して、まだ見ぬ新しい自分と出会うために、この２学期も、皆で共に、一歩ずつ、峠を登って行きましょう。皆さんの挑戦を心から応援しています。

〜〜

命の週間　9/1 は、エネルギー消費120%！　シャボテンログで心身の状態 Check！

　長い夏休みが明けて、２学期が始まりました。自分が思うよりも、心と体はまだ、休日モードです。理科の授業で「静止している物はいつまでも静止し続けようとし」という慣性の法則を学びますが、人の心と体も同じで、動き出すには、エネルギーを１２０％以上は使う感じです。通常モードになるには数日かかりますので、「しんどい」と感じたら、無理をしないのも一手です。何か「もやもや」したら、一人で考えるのは良くありません。同じところをグルグル回ってしまします。やはり誰かに話を聞いてもらうのが得策です。その人が正解をくれるというより、話をしているうちに、自分の考えを、自分で整理できるような感覚です。

●まずは、１学期の終わりに始めた**「シャボテンログ」**で自分の心の状態を記録しましょう。

●そして、心が重く感じたら、**教員やスクールカウンセラー**に相談下さい。話しにくい時は、電話やメールで話せる所があります。夏休み前に**リーフレット**を配りましたが**右の QR** からも見られます。

●また、CB の**学級クラスルーム**に、文部科学大臣からのメッセージ「**中学生・高校生の皆さんへ**」と「政府広報動画：**夏休みがおわってほしくない時にみる動画**」も掲載してあります。

まだまだ蒸し暑い日が続きますので、溜息がでるのは誰も同じです。一人で悩まないことをお願いします。

夏の大会 清瀬五中生徒 活躍の紹介



【吹奏楽部】

第66回東京都中学生吹奏楽コンクール

■ B組 金賞 ■ 三年連続 金賞 受賞！！

演奏曲：「ガリバー旅行記」より、Ⅰ,小人国 Ⅱ,巨人の国 Ⅲ,馬の国

※ 3年生の部長さんは、部をまとめ功績により、表彰されました。

【水泳部】

第26回 第9・11ブロック水泳競技大会

■ 女子総合の部 4位 ■ 男女総合の部 第2位

男女混合 4×50mメドレーR 1位 & 2位　　男女混合 4×50mフリーR 1位 & 3位

女子100m背泳ぎ	2位 3年生	女子200m自由形	2位 3年生
女子100m背泳ぎ	3位 3年生	女子400m自由形	6位 3年生
女子50m自由形	2位 1年生	女子100m個人メドレー	4位 3年生
女子50m自由形	4位 3年生	男子50mバタフライ	4位 2年生
女子100m平泳ぎ	6位 3年生	男子100m個人メドレー	3位 2年生
女子200m平泳ぎ	5位 3年生	男子100m個人メドレー	4位 3年生
女子50mバタフライ	3位 3年生		

令和8年度 多摩地区水泳競技大会



男子50m背泳ぎ	4位 3年生
男子100m背泳ぎ	6位 3年生
男子200m個人メドレー	4位 2年生
女子50m背泳ぎ	6位 3年生
女子50mバタフライ	2位 1年生
女子100mバタフライ	5位 1年生
女子400m自由形	6位 3年生
女子400m自由形	8位 3年生
女子200m自由形	5位 3年生

代表女子4×100mメドレーリレー 5位 3年生・3年生・1年生・3年生

《 陸上競技 》



110mハードル 3年生徒 記録 14.07

■令和8年度 第53回 全日本中学校陸上競技選手権大会B決勝 第7位

■令和8年度 第54回 関東中学校陸上競技大会 第4位

■令和8年度 第65回 東京都中学校総合体育大会陸上競技大会 第1位

■JOC 第57回U16陸上競技大会東京都代表選手選考会 第1位.

※ 東京代表として、JOC第57回U16陸上競技大会に出場決定！



《テニス部》

R8年度 東京都中学校新人テニス選手権大会予選第9ブロック大会

東京都大会出場権を獲得 2年生

※ 家庭配布版では、氏名をご紹介させて頂いています。

■防災の日(9/1) 集団下校訓練を実施



始業式の日に、集団下校訓練を実施しました。今年の夏は、熊本地震(7/28)と千葉豪雨(8/13)という2つの大きな災害が発生しました。集団下校対応は、台風の進路予想等の精度が向上してた現在では、防犯以外に実施する場面はあまりないかと考えていましたが、今回の都市型水害という新たな災害もあり、必要な場合もありそうです。