まごころ便り

令和８年 10 月７日
荒川区立第七中学校
学校だより　10 月号
校 長　佐藤　正敏

「二つの正しさ」

校長　佐藤 正敏

連合体育大会が終わりました。選手壮行会の時、私から、生徒の皆さんに、次の話をしました。

実力伯仲の相手と競う時に、最後に決め手となるのは、相手に勝ちたいと思う気持ち。けれども、競技中いつも、そんな気持ちでいると、エネルギー消費が激しく疲れてしまいます。

そこで、なぜ勝ちたいと思うのか。「自分を応援する人たちの喜ぶ顔を見たいから」。そんな気持ちも持ってほしい、と伝えました。

勝ちたいという自分自身の強い気持ちが力となる。けれども、その一方で自分のことばかり考えず、自分を支えてくれる人に思いを向けることも大きな力となります。

私は生徒の皆さんに話をする中で、ひとつの大切なことを伝えながら、それとは反対に見える考え方も大切である、と話すことがあります。信じていることや大事にしたい考え方。それを貫き通すことは大切です。しかし同時に、自分とは異なる考え方にも目を向けることが必要な場合もあります。信念を持つことと、自分の考えだけにとらわれないこと。反対のようですが、どちらも大切なことです。

９月が終わり、３年生は高校入試まで残り約４か月となります。努力を続けていることと思いますが、途中息切れをして、年明けに入試対策がペースダウンしてしまう例もあります。計画的に本番まで持続できるペースで、取り組むことが大切です。その一方で、ときには、自分の限界だと思うところまで力を出し切る経験も必要です。今日、自分の限界だと思っていたところまで挑戦することで、明日は、昨日まで限界だと思っていたところを少し越えられるはずです。

一見すると相反する二つの考え方。私たちは、どちらが正しいのか、どちらかを選ばなければならないように思うことがあります。けれども、どちらも自分の中に持ちながら、今はどちらが必要かと考えること。それも、自分を成長させていく力となるかもしれません。

<9.25 連合体育大会結果>

１年男子	１００Ｍ	12"91	髙橋　煌希	全体３位
２年男子	１００Ｍ	12"37	増田　梗太郎	全体３位
３年男子	１００Ｍ	12"09	渋谷　優斗	全体２位
１年男子	１５００Ｍ	6'58"31	齊藤　大楓	全体８位
２・３年男子	１５００Ｍ	4'54"45	田中　楽	全体６位
１・２年男子	走幅跳	5m17	向山　昇汰	全体１位
３年男子	走幅跳	5m27	中村　圭一	全体４位
共通男子	走高跳	1m45	橋本　芯	全体７位
共通男子	砲丸投	8m36	永田　龍我	全体４位
１年男子	４００ＭＲ	56”50	森・細貝・渡辺・小林	全体８位
２年男子	４００ＭＲ	49"59	橋本・田中・向山・増田	全体４位
３年男子	４００ＭＲ	49”31	中村・髙橋・木島・渋谷	全体９位

１年女子	１００Ｍ	16"84	中村　華	全体９位
２年女子	１００Ｍ	14"37	杉本　菫	全体３位
共通女子	２００Ｍ	30"70	菅原　和琴	全体５位
１年女子	８００Ｍ	3'16"25	片山　彩芭	全体９位
共通女子	８００Ｍ	2'55"78	伊橋　朋香	全体７位
共通女子	１５００Ｍ	6'18"55	浅野　志帆	全体７位
１・２年女子	走幅跳	3m82	小林　透子	全体２位
３年女子	走幅跳	4m16	松井　玲奈	全体３位
３年女子	走高跳	1m16	佐藤　晴南	全体６位
共通女子	砲丸投	7m45	門脇　羽南	全体６位
１年女子	４００ＭＲ	61”65	浅野・中村・柴田・片山	全体８位
２年女子	４００ＭＲ	58"48	青木・皿井・渡邉・杉本	全体５位
３年女子	４００ＭＲ	56"55	菅原・松井・佐藤・水野	全体４位



壮行会の様子



吹奏楽部激励の演奏

11 月の主な予定

11月　７日(土)　調べる学習発表会
11月　11日(水)　荒教研
11月　12日(木)　側弯検診
11月　13日(金)～17日(火)　定期考査
11月18日(水)　学力テスト
11月20日(金)　勤労留学開始(2年)
11月22日(日)　都スピーキングテスト(3年)
11月27日(金)　勤労留学終了(2年)

●表彰●

・荒川区秋季新人大会　ソフトテニス男子個人　優勝　向山　昇汰・牧島　颯介ペア

・荒川区民秋季新人大会　ソフトテニス女子個人　準優勝　名取川　結菜・国京　咲希ペア

・荒川区秋季新人大会　ソフトテニス男子団体　優勝　ソフトテニス部

・荒川区秋季新人大会　ソフトテニス女子団体　第3位　ソフトテニス部

・荒川区民スポーツ大会　中学校女子バレーボール　第3位　荒川七中　A

※敬称略　2026年10月5日表彰登壇生徒(代表で登壇した生徒の名前を載せています)