

宗岡中だより



6月号 平成29年6月1日(木)
志木市上宗岡1-8-1 TEL 048-471-2241

「秋ヶ瀬に 風渡り抜け ^{なえ}早苗光る」

校長 佐藤哲浩

5月21日、第3回ノルディックウォーキング全国大会が志木市の親水公園を中心に開催されました。私事になりますが、前任校では第1, 2回とも体育祭の予備日になっておりエントリーしませんでした。今年度は春先からエントリーしようと考えていました。開会式の8:30には県内外から参加者が集い、準備体操後、9:00に20kmコースへ出発、大凡のコースは、前半宗岡地区方面を10km、後半志木地区方面を10kmのロングコースです。中間地点の休憩所では、そんなに大変ではないと思いきや、後半のあと5km付近で股関節が痛くなり、やっとの思いでゴールしました。しかしながら、完歩した時の充実感は一入でした。

20kmの道中、改めて志木の自然、文化財等に触れることができました。秋ヶ瀬の田んぼの中を歩いていると、田植えを終えた早苗が初夏の強い日差しに照らされ、青葉風に吹かれています。給食で食べている「ムネオカコシヒカリ」はこの広い田んぼで収穫されるのでしょうか。カエルの鳴き声もよく聞こえます、カエルがいるということは、ヘビもいることでしょうか。一方、道路の反対側の河川敷には整地された野球場、サッカー場、パークゴルフ場がいくつもあり一般のクラブ、スポーツ少年団に開放し、多くの方がスポーツに打ち込んでいます。中間地点の総合福祉センターで休憩を取り、後半の志木地区では、今まで何年間も前を通り過ぎていた西原ふれあい公園を通り抜け、初めて宝幢寺の境内を目にします。ノルディックウォーキング中は、卒業生の保護者に声を掛けてもらい、また休憩所ではボランティアの方々、親水公園では志木市役所職員の皆様にサービスをしていただき大変感謝しております。お陰様で楽しい20kmでした。



話は変わって、本校に着任して2ヶ月が経とうとしていますが、最近生徒の様子を見てみると疲れているように感じます。気温も高くなり疲れが出る時期であるのはわかりますが、それ以上に「規則正しい生活をしているのだろうか?」と感じるのです。規則正しい生活の確立は生徒の自立性を高めることですが、その前段階では保護者の躰や協力が必要不可欠です。当たり前ですが、バランスの良い食事を3度しっかり摂って、家庭学習を行い、睡眠時間を確保し、朝日を浴びメラトニンを出すことで、その日の活力が湧いてくると思っています。6月は修学旅行、宿泊学習、学校総合体育大会等、大きな行事があります。充実した学校生活が送れるように、もう一度一人ひとりが生活のリズムを見直してはどうでしょうか。