

## 心を整える & 自律心

サッカー日本代表の前キャプテン長谷部誠選手の著書に「心は鍛えるものではなく、整えるもの…」とあります。日々の生活の中での様々な誘惑によって乱れた心ではなく、力を抜いて無理なく自然体で試合に挑む。そんな心を整えることの大切さを実践から説いています。



わたくしは、同じようなことを今現在、大きな課題となっている「ゲーム・スマホ依存症」や「スマホ・ルールづくり」で感じています。

たつの市内の中学生が、みんなで相談しながら進めている「毎25日はNoゲーム・Noスマホデー運動」など、この「ゲーム・スマホの使い方」には、とても大切なポイントがあります。

それは、「使う時間を決める」などのルールづくりには、「自分の意志で決めることの重要性」が問われていることです。

これは、ゲームやスマホの話だけではないと思います。「自律心」という言葉を少し考えてみてください。



- 自** 自分でこなう。自分で考える。
- 律** 「りっする」=コントロールする
- 心** 気持ちが行動に表れる=「こころ遣い」

「自分で律する」とは、自分の心を制御(コントロール)する。その思いを行動に表すことが「心遣い(こころづかい)」だと私は考えます。

AIの進展等でますます便利な世の中になっても、もし「自分を律する」ことができない人間ばかりが増えてしまった社会は、とても恐ろしいかぎりです。

「ダメなものはダメと律する心をもつ！」

## 3学期



### 『夢はでっかく 目標は高く』

でも、日々の歩みは小さく コツコツと一歩ずつ！』

#### 一年の計は元旦(始業式)にあり！

本年もよろしくお願ひ申し上げます。皆さんはすでに新年の決意を決めましたか？今年も「**夢はでっかく！目標は高く！声は響くほど大きく！**（今年の追加項目）…でも、日々の歩みは小さく、**コツコツと一歩ずつ！**」でいきましょう！！

皆さんが自信をもって一つ一つていねいにがんばることで、自分自身はもちろん学校や家庭や自分たちの住む地域がより明るくなり、より温かくて、自慢(じまん)の地域になって参ります。さあ、3学期も「響き合う心」でがんばりましょう！

#### 【 これからの主な行事予定 】(抜粋)

- 8日(火)・・・3学期始業式
- 10日(木)・・・給食開始・地区児童会
- 11日(金)・・・委員会活動
- 14日(月)・・・祝日「成人の日」
- 15日(火)・・・児童朝会
- 16日(水)・・・1年昔遊び体験
- 17日(木)・・・避難訓練(地震)
- 18日(金)・・・クラブ活動(3年見学)
- 20日(日)・・・市風あげ大会  
揖保川防災安心大作戦
- 24日(木)・・・なかよしデー
- 25日(金)・・・6年揖保川中学校入学説明会  
毎月25日はNoゲーム・Noスマホデー
- 26日(土)・・・ゆめクラブ(登山・閉級式)  
童謡の里カルタ大会
- 27日(日)・・・梅と潮の香マラソン
- 29日(火)・・・6年租税教室
- 31日(木)・・・3年昔の道具そうめんづくり体験



「**努力の足跡・・・「栄光を讃える」**」

**ソフトボール** 女子 県秋季大会 **優勝**

西播磨シュガーラビッツ

菅原さくら、坂本そら、森川真生、石坂彩姫

※ 兵庫県代表として春休みに全国大会出場です！おめでとう！！

リバーサイド杯 **準優勝** 神部SC、**敢闘賞** 谷口慎治

市スポ少大会 **準優勝** 神部SC、**優秀選手賞** 長峰春翔

秋季大会 **第3位** 神部SC、**敢闘賞** 森川康生

ミツバ商事杯 ジュニア**準優勝** 神部SC、**優秀選手賞** 常城叶真

**剣道** 揖龍剣道大会 小学生の部 **優勝** 坂本実柚

**空手** 市スポ少大会 **準優勝** 船田彩音

揖保川町大会 組手競技 3・4年の部 **第3位** 沖伯都

// 組手競技 3・4年の部 **優勝** 榎本夢珠

// 形競技 3・4年の部 **優勝** 榎本夢珠

// 形競技 1・2年の部 **優勝** 榎本都羽

播磨連合会大会 組手競技4年の部 **第3位** 榎本夢珠

// 形競技4年の部 **準優勝** 榎本夢珠

// 形競技 1年の部 **優勝** 榎本都羽

// 組手競技 1年女子の部 **準優勝** 榎本都羽

**バドミントン** 小学生大会 4年の部 **第3位** 木南輝琉

新宮小学生大会 4年の部 **優勝** 木南輝琉

**バレーボール**

ビスラカップ フレンドリー **準優勝** 神部JVC

JAカップ兼揖龍選手権大会 フレンドリー **準優勝** 神部JVC

JAカップ兼揖龍選手権大会 一部 **準優勝** 揖保川JVC

揖龍秋季大会 **優勝** 若鮎新宮クラブ

秋桜大会 **準優勝** 若鮎新宮クラブ、**レシーブ賞** 磯邊萌心

**ラケットボール** 全日本ジュニア選手権大会

女子10歳以下 **優勝** 山下紗那

**準優勝** 三木琴心 **第3位** 安藤里紗・田中友稀

たつのジュニア大会

新人クラス **優勝** 木南輝琉 **準優勝** 松本裕暉

オープンクラス **好準優勝** 藤川日笑 **4位** 木南瑠菜

皆さんたいへんよく頑張りました！

**税のポスター・書道** <ポスターの部>

近畿納税貯蓄組会長賞 田代縁、柴原悠希

兵庫県納税貯蓄組会長賞 金田愛実

<書道の部>

兵庫県教育委員会賞 金田愛実 県納税貯蓄組会長賞 田代縁

揖龍・宍粟協議会会長賞 三木琴心、田村奏太

**人権書道コンテスト**

**最優秀賞** 田代縁

**優秀賞** 荻野杏彩、田中李奈、金田愛実

**奨励賞** 岸和奏、吉田安希

**JA書道コンクール**

ラジオ関西賞 田代縁 **銅賞** 荻野杏彩

**防火図画**

**最優秀賞** 梅村凜太郎 **優秀賞** 伊藤里紗(4年)

**努力賞** 神尾咲多、前川凜音

延賀萌那、圓尾碧月、小林虎馳

池口友姫、丸尾縁

伊藤優花、高見琉空、武内美樹

**ふるさとの風景絵画コンクール**

**佳作** 大前善、金谷亮佑、吉川由芽

**揖龍歯科医師会図画ポスター展**

**銅賞** 小池晏未 **努力賞** 藤田那奈

**佳作** 長谷川葵彩、榎本都羽

松永祐輝、藤本悠貴

**入賞** 住所亜美、中村蒼真

住所咲菜、田中李奈

**「農」絵画コンクール** **佳作** 岸和奏