



絆

教育目標

未来を創る生徒の育成
自分の未来を切り拓く力
ふるさとの未来を築く力

別海町立別海中央中学校

校長 小崎 伸人

令和8年(2026年6月30日)

第1369号(4号)

明日を想像(創造)し、今を全力で取り組む生徒の育成を目指して
＝今日は昨日の明日～未来のために今一瞬を頑張る生徒＝

ドレミファソラシド

校長 小崎 伸人

ある心理学の本に「ドレミファソラシ」までを繰り返すと聞かせると頭脳に多大な悪影響を及ぼすと書いてありました。確かに最後に高い「ド」で終わってくれなければ、居心地が悪い気持ちもします。音階自体が人間の体の中に沁みついているようにも思えますが、レとラがない沖縄音階や音の組み合わせによって様々な音楽の種類が作られてきたのは人類が誇るべき文化であると考えています。そして、今の季節、音楽室ではなく体育館からドレミファソラシドが聞こえてきます。体力調査の中の一つにシャトルランというものがあり、心肺持久力を測るため20メートルの距離を徐々にリズムが速くなり、何回達成できるかによって点数化され自分自身の持久力を知ることを目的としています。

授業を見学すると50回前後から走れなくなる生徒が出始め80回に届くころにはほんの数名となっています。その頑張りを走り終えた生徒たちが「頑張れー!」「もう少して〇〇回だよ」などと、ずっと応援し続け、時間に間に合わなかった生徒が走り終えると自然発生的に拍手が聞こえてきます。特に最後のひとりが100回を超えて走り終えると全員が大きな拍手でその頑張りを称える姿があり、自身の限界を超えて頑張った生徒はもちろん、そこにいる全員を誇らしく思う自分がいます。徐々に早くなりながら繰り返される音階を聴きながら精一杯頑張る生徒の姿は本当に美しいと感じます。体育祭でも同じでしたが、日常的にもそんな風景がたくさんあり嬉しく思います。

中体連の先陣を切って水泳、陸上、ソフトテニスの団体が行われました。3年生にとってはこれまでの積み重ねが問われる大事な大会ですし、これに賭ける気持ちは痛いほど伝わってきます。陸上はほとんど個人競技であるにも関わらず、出場している選手を全力で応援し、それにこたえるように自分の力を出し切って走り抜ける姿に胸が熱くなります。過去の自分を越えるためのそれぞれの努力の物語が一瞬で見え隠れし、心が締め付けられます。それでも時に結果は残酷に心へ突き刺さります。勝負事ですから勝ち負けは必ずついてしまいます。負けてしまったときに自分たちの今までの努力を疑い、悔しさと悲しさに打ちひしがれます。それをいやすまでには時間がかかりますが、後になって負けたことがあったからこそ今の自分があることに気づく日がやってきます。

「勝つことで報われる」「負けることで今までを否定する」のではなく、その日々の全てに価値があり、多くの努力や悩んで辛かったことでさえも未来においては予定調和となる出来事であったと自覚します。大人になって懐かしく思える中学校時代の思い出は一人一人の人生において、オーケストラの楽曲の如く最大限盛り上がる場所に向かうために必要な音階や旋律であり、決して偶発的な出来事ではなく、欠くことのできない必然的なものとして色彩豊かな思い出に昇華します。限られた人数ですから、試合に出られず悔しい思いをする選手もいるかもしれません。試合に出ているとしても自分のプレイが勝敗を分けることもあるかもしれません。それでも誰に言われることなく、大きな声をかけ、拍手で仲間を鼓舞するその姿は個人戦であっても団体戦であっても一つのチームとして、同じ仲間として心から応援できる土壌が培われていることを誇りに思います。だからこそ勝っても負けても、最後は充実の笑顔となってくれることを心から願っています。がんばれ!

5・6月の生徒の活躍

◎第18回中標津青年会議所旗争奪中学校野球大会

(5/16 中標津町)
1回戦 対 標津川北知床未来 2-4 敗

◎根室管内中学生春季ソフトテニス大会 (5/30 根室市)

女子個人戦 第5位 T.Aさん・F.Rさん

◎サッカーカブスリーグ (6/20~21 別海町)

第1戦 対 根室合同 7-1 勝
第2戦 対 中標津合同 21-1 勝 ※第1位

◎第3回中標津町中学生バレーボール交歓大会

(6/20・21 中標津町)
6/20 第2位 別海中央・野付・上風連・計根別
6/21 第3位 別海中央・野付・上風連・計根別

< 地区中体連 >

【水泳】◎根室地区中体連第57回水泳大会 (6/6 根室市)

男子 400m フリーリレー 1位 O.Tさん (全道出場)
男子 400m メドレーリレー 1位 I.Tさん (全道出場)
男子 100m 背泳ぎ 2位 I.Tさん
男子 50m 自由形 3位 I.Tさん
男子 100m 平泳ぎ 2位 I.Tさん
女子 100m フリーリレー 1位 N.Hさん、G.Sさん (全道出場)
女子 400m メドレーリレー 1位 N.Hさん、G.Sさん (全道出場)
女子 100m 自由形 1位 N.Hさん (全道出場)
女子 50m 自由形 2位 N.Hさん
女子 100m バタフライ 2位 G.Sさん

【陸上】◎第73回根室地区中体連陸上競技大会

(6月20日・21日：釧路市)

○男子 200m 4位：K.Kさん 25.10
6位：Y.Hさん 26.49
○男子 400m 2位：K.Kさん 55.16 (全道標準突破) ⇒全道出場
4位：Y.Hさん 58.41
○男子 800m 3位：M.Sさん 2:22.50
○男子1500m 3位：S.Kさん 4:47.99
○男子3000m 2位：S.Kさん 10:05.93
5位：S.Hさん 11:34.19
○男子 砲丸投 1位：T.Tさん 8m49⇒全道出場
○男子4×100mリレー 2位： 49.06
M.Aさん、Y.Hさん、S.Kさん、K.Kさん
○男子四種競技 1位：T.Tさん 1063点⇒全道出場
○女子 100m 1位：K.Mさん 14.29⇒全道出場
6位：K.Hさん 14.90
○女子 200m 1位：M.Nさん 27.29 (全道標準突破) ⇒全道出場
5位：M.Kさん 31.53
○女子 800m 2位：K.Hさん 2:54.86
6位：I.Rさん 3:10.88
○女子1500m 4位：I.Rさん 6:38.98
○女子100mH 1位：K.Yさん 14.96 (根室大会記録) (全道標準突破) ⇒全道出場
2位：Y.Aさん 16:00 (全道標準突破) ⇒全道出場
4位：M.Kさん 19.37

【7月の主な行事予定】

1	水	部活動休養日 下校バス 14:40 16:00
4	土	中体連地区大会 (サッカー、バレー、バスケット、卓球、ソフトテニス、剣道)
5	日	中体連地区大会 (バレー、バスケット)
6	月	ALT 来校 全校集会 (中体連報告会)
7	火	3年修学旅行出発 (～10日まで)
8	水	はくちょう号 部活動休養日 下校バス 14:40 16:00
9	木	2年職場体験 (～10日まで)
10	金	3年修学旅行帰校
13	月	ALT 来校
14	火	水泳学習① (2年)
15	水	職員会議 部活動休養日 下校バス 14:40
16	木	ALT 来校 水泳学習① (1年)
17	金	委員会 別海まつり (子ども神輿、吹奏楽部演奏、のど自慢)
18	土	野球部 (全日本少年全道～20日)
19	日	吹奏楽部三校合同演奏会
20	月	海の日 (祝日)
21	火	ステップの会 水泳学習② (2年)
22	水	1学期終業集会 (壮行式) 部活動休養日
23	木	夏季休業 (～8/19まで) 3年登校日

○女子4×100mリレー 1位：51.93

Y.Aさん、K.Yさん、M.Nさん、K.Mさん (全道標準突破) ⇒全道出場

○女子 走高跳 1位：M.Nさん 1m52 (根室大会記録) (全道標準突破) ⇒全道出場
2位：I.Cさん 1m46 (全道標準突破) ⇒全道出場

○女子 走幅跳 1位：Y.Aさん 4m43 ⇒全道出場

○女子 砲丸投 1位：N.Mさん 9m88 (全道標準突破) ⇒全道出場
4位：T.Mさん 6m72
5位：F.Sさん 6m70
6位：Y.Yさん 6m17

○女子四種競技 1位：K.Yさん 2472点 (根室大会記録) (全道標準突破) ⇒全道出場

【ソフトテニス】◎根室地区中学校体育大会

(6/27：中標津町)

○団体戦予選ブロック 第2位 ※総合3位
対 広陵中 0-3負
対 中標津中 2-1勝

1学年「ふるさと学習」

2学年「北方少年少女塾」

1学年が総合的な学習の時間で「フットパス散策」を行いました。事前学習として山口長伸様よりご講話をいただき、旧標津線フットパス散策と旧標津線駅通の見学を行いました。2学年は、根室市北方四島交流センター「ニ・ホ・ロ」、納沙布岬の「望郷の家・北方館」で講話や実際に島を見学し、領土問題についての見識を深めました。元島民2世の方のお話をうかがい、後世へ語り継いでいくことの大切さ等、たくさん学びを得ました。