



進礼和校
取節心訓

学校通信

令和7年4月 17 日 NO.1

東広島市立中央中学校

〒739-0044
東広島市西条町下見4281番地1
Tel 082-431-5055
<http://www.city.higashihiroshima.lg.jp/school/chuou-chu/>




令和7年度 スタートです

令和7年度がスタートしました。生徒の皆さん、入学・進級おめでとうございます。4月8日（火）の始業式で、学校長は、次のことを話しました。

【学校長式辞より 抜粋】 「凡事徹底」

今日から令和7年度がスタートします。それぞれ2年生、3年生に進級して「よしやるぞ」と気合の入っている人が多いのではないかと思います。そんな皆さんに今年1年心がけて欲しいことがあります。それは「**凡事徹底**」ということです。

「凡事徹底」という言葉を聞いたことがありますか？凡事とは「平凡なこと」「ありきたりなこと」「あたりまえのこと」といった意味です。「凡事徹底」とは、「誰でもできる平凡なことを、誰にもできないくらい徹底して続けると素晴らしい力になる。」という意味です。

例えば、皆さんは学校生活の中で人の話を聞くことがたくさんあると思います。今までも、話を聞くとときに「黙って聞きなさい」「話す人の方を見て聞きなさい」と言われていたと思います。皆さんも良く分かっていると思いますが、見ながら聞くのと下を向いて聞くのとでは全く違います。さらに、言われたことを頭の中で自分の言葉で繰り返してみてください。自分の言葉で繰り返すことが出来るときは理解できているときです。もし、繰り返すことが出来なければ、理解できていないので、「よくわかりませんでした」と質問するのがよいと思います。これを授業で行うと授業の理解度がまるで違ってきます。

でも、一時間だけ実践したとしても成果としては現れません。少しの努力を毎日毎日積み重ねることが大切なのです。



毎日行っている「立腰・黙想」も、このような右の絵のような姿勢の人が多いと思います。左の絵のように腰骨をグイッと立てて、胸を張り、あごを少し引いて、肩の力を抜き、頭のてっぺんを糸で天井からつられるようにしてみてください。そして鼻から3秒で腹の底まで息を吸い、口から細く10秒かけて吐きます。このときヘソの下3cmくらいのところに力をいれます。最初はコツがいるかもしれませんが、意識すればだれでもできることです。それから、黙想と言われてただ目を閉じている人が多くないですか。目を閉じるだけなら瞑目です。見た目は一緒でも意識を変えれば身につくことはずいぶん違います。これが徹底するということです。

しかしながら、とすると人間は、ちょっとした努力、平凡なことを毎日やっている当たり前のことをバカにしたり、軽くあしらったりしがちです。難しく特別なことをしなければ、成果が上がらないように思い込んでいる人が多いです。しかし、そんなことは決してありません。世の中のことは、平凡の積み重ねが非凡を招くようになっています。

誰にでもできる平凡なことを少しずつでも積み重ねていくことが、とてつもなく大きな力になるのです。

時に、遠い将来を考えた時に今やっていることが無駄のように思えたり、間に合わないのではないかと焦ったり、不安に思ったりすることがありますが、そんな時こと1日1日、1歩1歩、その時できることを確実に積み重ねていくことが大切です。勉強もスポーツも徹夜の一夜漬けや1回の激しいトレーニングより毎日の積み重ねが大切です。それ以外にも、**毎日、笑顔で気持ちの良い挨拶をすれば「明るい人」になれます。人の悪口を言わなければ「人から好かれる人」に近づけます。嘘をつかなければ「信頼される人」に近づけます。**

このように、**当たり前のこと平凡なことを1日1日確実に積み重ねることを大切にしてください。そうすれば、素晴らしい力が皆さんに身につきます。「凡事徹底」**今日から心がけていきましょう。



第15回中央中学校入学式 192名のみなさん、入学おめでとう！！

4月9日（水）第15回入学式を行い、新入生の新たな門出をお祝いしました。式辞では、大切にしたい2つのことについて学校長が新入生に話しました。

【学校長式辞より 抜粋】

入学にあたり、大切にしてほしいことについて二つ話をします。

一つ目は、「**当たり前のことを当たり前にする**」ということ

す。「時を守り、場を清め、礼を尽くす」という言葉があります。時間を守ること、身の回りを整えること、挨拶をすることなど、これらの当たり前のことは、社会生活において基礎となるものです。これらの基礎を固めることは自主自律の心を培うことであり、学校生活の基盤をつくるとても重要なことです。しかしながら人間は、当たり前のことをバカにしたり、軽くあしらったりしがちです。難しく特別なことをしなければ、成果が上がらないように思い込んでいる人が多いです。できそうにもない特別なことばかり追いかけるのではなく、誰にでもできる当たり前のことを毎日少しずつ積み重ねてほしいと思います。「凡事徹底」「平凡を重ねて非凡となす」誰でもできる当たり前のことを徹底してやり続けること、このことが素晴らしい力を生みます。毎日の当たり前をやり切り積み重ねることを大切にしていってください。

二つ目は、「**悩んだときには相談する**」ということです。皆さんの年代を思春期といいます。心も体も大きく成長し、活力にあふれ、楽しいこともうれしいこともたくさんある一方、勉強のこと、友達のこと、進路のこと、あるいは自分自身のことなど、いろいろなことで悩みを持つことの多い時期です。悩むことは決して悪いことではありません。しかし、悩みに押しつぶされそうになる時もあると思います。そんな時は家族、友達、先生など信頼できる人に必ず相談してください。また、誰かから相談されたときにはしっかりと受け止めてあげてください。相談された悩みが受け止めきれないと感じたときにはそのことを誰かに相談してください。あなたを支えてくれる人、助けてくれる人が必ずいます。一人でできることには限界があります。助けを求めることから協力が始まります。先生方も皆さんに協力し、全力で支えます。この二つのことを、忘れずに中学校生活を充実したものにしてください。

新たに就任した教職員です。

教頭	山田 憲之	高屋中学校から
教諭	樹山 廣之	安芸津中学校から
教諭	宮原 健太	福山市立誠之中学校から
教諭	加藤 彩花	廿日市市立大野中学校から
教諭	石井 哲之	高美が丘中学校から
教諭	上川 智広	松賀中学校から
教諭	坂口 仁	黒瀬中学校から
教諭	植田 睦代	竹原市立竹原中学校から
教諭	牧野 健宏	松賀中学校から
養護教諭	畑野奈美江	松賀中学校から
講師	井成 智江	黒瀬中学校から
教育支援員	中須賀成美	黒瀬中学校から
教育支援員	池田 満	八本松中学校から
教育補助員	門田 光恵	磯松中学校から
学校司書	八城 尚子	龍王小学校から
事務補助員	船田千加子	八本松小学校から



4月下旬、5月上旬の行事予定 変更する場合があります

4月17日(木) 全国学力・学習状況調査(3年)(国数)
18日(金) 聴力検査(1・3年)
19日(土) 春季大会
20日(日) 春季大会
21日(月) 参観授業 学級懇談会 PTA 総会
22日(火) 部活集会
23日(水) 内科検診(3年)
24日(木) 歯科検診(2・3年)
25日(金) 第1回学校運営協議会
28日(月) 健康診断(全学年)新体力テスト
30日(水) 希望懇談①
5月 1日(木) 希望懇談②
2日(金) 部活動懇談会 体育大会決闘式
7日(火) 3年生習熟度テスト(国社数理英)
アルミ缶 DAY
心臓検診(1年)
8日(水) 4時間授業(研修のため)
9日(木) 歯科検診(2・3年生)
10日(金) 歯科検診(1年)

・今年度は家庭訪問、家庭確認を希望懇談に替えさせていただきます。

4月予定			5月予定		
日	曜	学 校 行 事	日	曜	学 校 行 事
1	火		1	木	希望懇談②
2	水		2	金	体育大会結団式 部活懇談会
3	木		3	土	憲法記念日
4	金		4	日	みどりの日
5	土		5	月	こどもの日
6	日		6	火	振替休日
7	月		7	水	アルミ缶DAY 13:10心臓検診(1-1 1-2 1-3)
8	火	就任式 始業式	8	木	9:00歯科検診(2-3 2-4 2-5 3-4)
9	水	第15回入学式 クラス写真(全学年)	9	金	13:30歯科検診(1-1 1-2)
10	木	1年給食開始 交通安全教室(1年)	10	土	東広島市中学校県選手権予選大会(野球) 市P連定例総会・町P交流会(アザレアホール)
11	金	生徒会オリエンテーション	11	日	東広島市中学校県選手権予選大会(野球)
12	土		12	月	13:30眼科検診(1-3 1-4 1-5)
13	日		13	火	13:30内科検診(3-5 3-6)
14	月	視力検査(1年) 13:30眼科検診(1-1 1-2 1-3) 部活体験(～4/18) 全国学力・学習状況調査(3年理科・質問)	14	水	13:30内科検診(2-1 2-2) 部活動一斉休養日
15	火		15	木	東広島市陸上大会
16	水	部活一斉休養日	16	金	13:10心臓検診(1-4 1-5)
17	木	全国学力・学習状況調査(3年国数)	17	土	東広島市中学校県選手権予選大会(バレー バスケット 野球 ソフトテニス 卓球 サッカー)
18	金	聴力検査(1・3年)	18	日	東広島市中学校県選手権予選大会(ソフトテニス 剣道 サッカー)
19	土	東広島市中学校春季大会(バレー バスケット 野球 ソフトテニス 卓球 サッカー)	19	月	
20	日	東広島市中学校春季大会(バスケット 野球 剣道)	20	火	
21	月	授業参観・学級懇談会・学校説明会・PTA総会 部活動一斉休養日	21	水	尿検査
22	火	部活動集会 13:30内科検診(3-1 3-2)	22	木	
23	水	13:30内科検診(3-3 3-4)	23	金	体育大会予行演習
24	木	9:00歯科検診(2-1 2-2 3-1 3-2)	24	土	
25	金	第1回学校運営協議会	25	日	
26	土		26	月	
27	日		27	火	
28	月	新体力テスト 健康診断(身長・体重・視力)	28	水	
29	火	昭和の日	29	木	第15回体育大会
30	水	希望懇談①	30	金	第15回体育大会(予備日)
		予定は変更することがあります	31	土	