



東中学校だより(3) 令和6年7月2日

# 麓あかくそびえて建てり

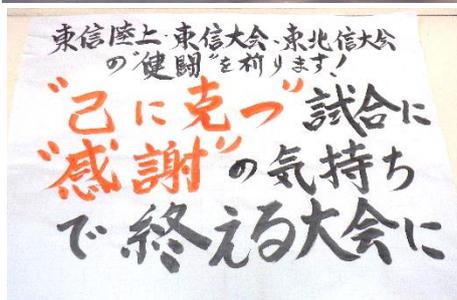
校歌の一節より

佐久市立東中学校 〒385-0007 佐久市新子田 1396-1 Tel.67-2392 文責:傳田史和(教頭)



## 己に克った夏 ～中体連東信大会～

どう自分を乗り越えたか、己と向き合い「感謝の念」を抱いた夏の大会となりました。東信大会のワンシーンです。



男子バスケ	東中●34-81○中込中 東中●43-79○真田中
女子バスケ	東中○76-43●上田六中 東中○59-38●塩田中 東中○70-29●南佐久 東中●46-49○中込中 【東信大会ベスト8】
女子バレー	東中●0-2○野沢中 東中●0-2○依田窪南部中 東中●1-2○芦原中
野 球	東中○07-0●軽井沢中 東中●0-27○佐久長聖中
サッカー	東中●0-1○軽井沢中 東中●0-2○上田二中 東中●0-4○上田一中
男子テニス	<団体戦>【★佐久地区7位で東信大会本戦出場】 東中●0-3○東御東部中 <個人戦(東信大会本戦出場の結果)> ・2ペア：初戦敗退 ・1ペア：2回戦敗退
女子テニス	<団体戦>【★佐久地区2位で東信大会本戦出場】 東中○2-1●上田五中 東中●0-2○上田四中 東中●1-2 浅間中【東信大会ベスト8】 <個人戦(東信大会本戦出場の結果)> ・2ペア：初戦敗退 ・1ペア：ベスト16【★県大会出場へ】
陸 上	・男子3年 100m(4位)【★県大会予選敗退】 ・男子2/3年走幅跳(10位) ・男子2年 100m(2位)【★県大会決勝8位】 ・女子共通四種(5位)【★県大会9位】
柔 道	・男子3年 初戦敗退 ・男子2年 初戦敗退 ・男子1年 1回戦反則勝ち 2回戦敗退
水 泳	・2年女子：50m自由形 21位

ハ・ド・ミソトソ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3年男子 団体戦（他校生徒と参加）【東北信3位】【★県大会出場へ】</li> <li>ダブルス（他校生徒と参加）【東北信優勝】【★県大会出場へ】</li> </ul>
新 体 操	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3年女子：総合優勝【★県大会出場へ】</li> <li>・3年女子：総合4位【★県大会出場へ】</li> <li>・2年女子：東信大会敗退</li> <li>・団体（3年女子2名 他校生徒と参加）：東信大会優勝【★県大会出場へ】</li> </ul>

<6/29, 30の陸上県大会に向けての壮行会の様子>



県大会に出場する個人部活陸上の皆さん、県大会出場おめでとうございます。県大会は、東信大会とはまた違う独特な雰囲気にも包まれ、とても緊張すると思います。

しかし、県大会という大きな舞台に参加できるのは、それだけ皆さんがとても力をつけたということです。自分の今までつけた力を思う存分発揮し、北信越大会、全国大会にまで行けるように自分の力を発揮してください。そして、東中学校の生徒として、胸を張れるような行動を心がけ、心の面でも他校に負けないぐらいに頑張ってください。心・技・体がすべてそろえば、きっとハードルの高い県大会を超えられるはずです。精一杯頑張ってきてください。東中学校の生徒全員で応援しています。

～前略～

中体連の東信陸上大会を突破してから約1ヶ月間、この大会にむけて、コンディションを整えながら、自己の課題を克服するために練習を重ねてきたことと思います。是非、東信の「代表」として、また、今応援してくれた本校みんなの「代表」として全力で頑張ってきてください。

当日、プレッシャーを感じる局面に出会うかもしれませんが、そんな時には、自分の心と対話をしてください。「プレッシャーがあるということは、心の準備が万端だということだ」「練習してきたことを発揮できる準備が整った」と！また、「勝利の女神は細部に宿る」といいます。今まで積み上げてきた一つひとつの基本のスキル、あるいは、もっと根幹となる「さわやか挨拶」や「礼儀正しい所作」など、ここまで大切にしてきた最も基本となることが、きっと、自分の力となり、記録への後押しとなってくれるのではないかと思います。

コンディションを万全にして、県大会でもベストの力が発揮できるように頑張ってください。健闘を祈ります。



校長先生から激励の言葉