



とうぎん ゆう

# 東山の雄

一関市立千厩中学校  
学校だより 第35号  
令和6年12月23日  
文責：菊池

## 自分を変える第一歩になる冬休みに

### 【2学期終業式 校長式辞】

長い2学期も、体育祭、紅輝祭など諸行事に取り組む中で、あっという間に過ぎていったという感じが私はしますが、皆さんはいかがでしょう？日々の学校生活、様々な行事を通して、自分では感じないかもしれませんが、皆さんは着実に成長したと思います。三者面談でいい所と課題をお話しされましたことと思います。

さて、話は変わりますが、人間が変わる方法は3つしかないそうです。

1つ目は「時間配分を変える」、2つ目は「住む場所を変える」、3つ目は「付き合う人を変える」です。

皆さんに今、出来るとしたら「時間配分を変える」ということになります。まずは、何にどれだけ時間を使っているか、一度自分の時間の使い方を振り返ってみてください。スマートフォンを見ているとあっという間に1時間、2時間経っています。それらを紙に書き出してみてください。目に見える形にすると毎日、どんなことにどれくらい時間を使っているかが目に見えてきます。その上で時間配分を変えることができる場所は時間配分を変えていきます。実は皆さんは、「時間配分を変える」ことに取り組んでいます。それが、冬休みの計画の日課表です。少なくとも起床時間、就寝時間、学習時間は記入しているはずですので、あとは、必ずこの時間配分通りに生活するよう実行するだけです。スマートフォン、ゲーム、テレビの誘惑を振り切り、実行してください。17日程度では変わらないかもしれませんが、決めた時間配分が習慣化されてくれば「自分を変える」第一歩は踏み出せると思います。

命を大切にしたい冬休みを送り、よい笑顔で始業式に会えることを楽しみにしています。

## クリスマスムードを演出

かつて本校で図書ボランティアを担っていただいた畠山とき子さん（千厩町構井田）が今年も図書室の飾りつけをしてくださいました。おかげさまで、いつもとは違った雰囲気図書室になっています。ありがとうございました。



### 【大会等結果】

#### ○令和6年度岩手県アンサンブルコンテスト一関支部大会

**金賞** 管打八重奏 曲名：ソロモンの指輪

**県大会出場**

酒井奏音（2A）、武者李桜（2A）、遠藤朋香（2B）、菅野愛生（2B）  
小野寺佑芽（1C）、村上富菜（1A）、加藤 奏（2C）、及川未希（1A）

**銅賞** 混合四重奏 曲名：森のカルテット

斉藤結菜（1B）、小野寺芽唯（2B）、伊藤優花（1B）、小野寺久玲亜（1B）

## ○令和6年度気仙沼市民バドミントン大会

### 【男子3部】(33名出場)

星 裕仁 決勝トーナメント2回戦惜敗

### 【男子4部】(24名出場)

佐藤景多 決勝トーナメント準決勝惜敗 **第3位**

### 【男子中学1部赤】(25名出場)

千葉琴矢 予選リーグ1勝1敗

### 【男子中学1部白】(24名出場)

小野寺永愛 予選リーグ2勝1敗

### 【男子中学校2部】(31名出場)

小野寺陸 決勝トーナメント勝ち進み **第1位**

岩渕慧心 決勝トーナメント準決勝惜敗 **第3位**

高橋琉斗 決勝トーナメント2回戦惜敗

千葉咲平 予選リーグ1勝1敗

藤田亜流斗 予選リーグ1勝1敗

### 【女子中学1部赤】(26名出場)

藤田未良 決勝トーナメント準決勝惜敗 **第3位**

小畑璃子 予選リーグ1勝1敗

佐藤蒼華 予選リーグ1勝1敗

### 【女子中学1部白】(26名出場)

加藤柚羽 予選リーグ2敗

### 【女子中学2部】(40名出場)

渡邊七愛 決勝トーナメント2回戦惜敗

## ○第28回中学生バドミントン秋季大会

### 【男子シングルス】(34名出場)

星 裕仁 **第1位**

土井尻侑澄 **第3位**

佐藤和真 3回戦惜敗

小野寺 陸 2回戦惜敗

鈴木瑛斗 1回戦途中棄権

### 【女子シングルス】(31名出場)

渡邊七愛 4位

佐藤蒼華 2回戦惜敗

奥玉柊佳 1回戦惜敗

加藤柚羽 1回戦惜敗

### 【男子ダブルス】(29組出場)

千葉琴矢・岩渕慧心 組 **第1位**

千葉咲平・藤田亜流斗 組 3回戦惜敗

兒玉大地・金野蒼希 組 2回戦惜敗

菅原伯斗・藤野友輝 組 1回戦惜敗(オープン参加)

高橋瑠依・千葉琉音 組 1回戦惜敗

### 【女子ダブルス】(25組出場)

千葉朝香・菅原結衣 組 3回戦惜敗

伊藤結菜・加藤 栞 組 2回戦惜敗

## 【作品応募結果】

## ○第43回全国中学生人権作文コンテスト岩手県大会水沢支局地区大会

協議会長賞 千葉 なつ

## ○「文集いわいの子」第19集

### 【1学年】

入賞 鈴木 颯太 「僕を変えた出来事」

中澤 凜花 「『群青』を歌って」

佳作 小野寺花奈 「私を変えた体育祭」

金野 令依 「特設合唱部に参加して」

千葉 敬太 「剣道との出会い」

出羽 美結 「テストが教えてくれるもの」

### 【2学年】

入賞 岩渕 芙優 「臆病な自分の克服」

奥玉 柊佳 「新たな自分を見つけた社会体験」

小山 遥 「東北選抜を目指して」

村上ひなた 「『絵』と私」

佳作 佐野 瑠璃 「心の強く残っているもの」

菅野 愛生 「『音』との出会い」

小野寺蓮稀 「『WBC日本が優勝』を見て」

## ○第92回全国書画展覧会

書の部 特選 村上 俊介

書の部 金賞 及川 未希