



# 新羽中だより

令和2年8月25日(火)  
No.1 8月号  
横浜市立 新羽 中学校  
☎542-1680 FAX 541-1038

【HP】 <http://www.edu.city.yokohama.jp/sch/jhs/nippa/> 【メール】 [I2-nippa@edu.city.yokohama.jp](mailto:I2-nippa@edu.city.yokohama.jp)

## 今年の特別な夏休みに思う

校長 荻野 弘

夏休みが終わり、8月17日に学校が始まりました。8月に入ってずっと暑い日が続いていましたが、この日はいつもにもまして暑い日だったように感じました。校内を一回りして戻ってくるとシャツが汗でびしょり濡れていました。そんな状況の中で、初日からみんなよく集中してがんばっているなあと感じています。例年ならば、まだ夏休みの真ただ中ですね。先生たちにとっても、お盆も終わり、そろそろ休み明けの授業や行事等の準備に入る頃かなという感じです。今年の夏休みは2週間だけのとても短い夏休みでしたが、みなさんはどのように過ごしましたか。テレビのニュースなどの報道によれば、今年はお盆の帰省も自粛ムードで新幹線や高速道路もほとんど混雑のないような状況でした。「高齢の親が心配だし、孫の顔を見せたいがコロナを運んでしまうことも心配だ」という声がテレビからよく聞こえてきました。皆さんのご家庭でもいろいろなことを考えながら過ごした夏休みだったことでしょう。私は2週間のうち、前半は部活動の交流試合の応援に行かせていただき、後半は夏季休暇をとりました。今年は旅行等出かけることはできるだけ控えました。その代わりに、我が家に猫の額ほどの小さな庭があるのですが、除草の回数が増えてきたので、思い切って防草シートを張り替えることにして、せっかくだから敷いていた小石はやめて、人工芝を敷くことしました。その作業が炎天下の中、3日も続きました。あまりの暑さで休み休み作業をしているので、なかなか進みません。人工芝にゴロリと寝転んで過ごすことを楽しみに作業していましたが、毎日、暑くて人工芝が高温になってしまうので、未だに実現できていません。今年の夏はいつもとは大きく違う夏休みでしたが、終わってみれば、充実した夏休みだと思っています。まだまだ、暑い日が続くとの予報です。熱中症の予防と感染症拡大防止に努め、日々の学校生活をがんばっていきましょう。

## 各部長さんや学年の代表から3年間の活動の様子や後輩等へのメッセージです。

《ホームページへの掲載のため部長名はイニシャルといたしました》

サッカー部 N. K

このコロナ禍で3年生は試合ができないまま引退してしまうと思っていました。しかし、交流試合という場を作っていただき、最後まで楽しく活動出来ました。サッカー部では、キャプテンマークの裏側に歴代の先輩方が残した言葉が刻まれています。僕は強い意志で思い切って行動するという意図で「剛毅果断」と書きました。これからも先生方やコーチの指導のもとに、チームで団結し、部活動を楽しんで欲しいです。先生方やコーチ、後輩の皆さんありがとうございました。また、保護者、地域の方々ありがとうございました。

## ソフトテニス部男子 O. K

部活に入るのには一人一人に思いがあると思います。例えば、知っている仲の良い先輩が居るとか、面白そうだからなどの理由があります。自分の場合は、前の2つの理由があてはまります。1年生の頃、前期は楽しんでやることを考え、図書室にある本を読んだり、ソフトテニスでなくてもテレビを見て動きを自分でやってみて、自分に合った形にするなどして試合に臨んでいました。それから自分の動きを気にするようになり、わからないことがあったら先生や先輩に聞くようにしました。後期になってからは自分より上の人とやりたいという考えが大きかったです。その理由は試合形式の練習が多かったからです。試合形式の練習をしていくにつれて、他の人が強くなってきたり、コンビネーションが良くなっていきました。2年生になり、1年生が入ってきて、少し責任感を覚えました。1年生の基礎練習を見て、違っていたら積極的にアドバイスをしました。その後、3年生が引退し、自分たちが部の中心になっていきました。更に練習を重ね試合に臨もうと緊張感を高めていましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、学校が約3ヶ月の休校となりました。学校再開後、部活動も再開しましたが、3ヶ月のブランクもあり、交流試合に向け、1ヶ月でどこまで戻せるかの戦いでした。久しぶりにラケットを振ってみても打てるイメージがわからず、苦労しましたが、少しずつ調子も上がってきました。そして、交流試合当日、大綱、樽町、城郷との試合を3回しました。全勝とはいかないものの自分としてはできることをして、楽しんだと思っています。自分たちは引退してしまっただけで、1、2年生は自分の今できることを続けてがんばってください。



## ソフトテニス部女子 N. M

私は兄の影響でソフトテニス部に入部しました。わからないことばかりで大変なことも多かったですが、先輩たちがやらなければならないことや心がけておいた方がよいことなど技術以外の面でもよく教えてくださいました。2年生になると試合に出させて頂ける機会が増え、先輩とペアを組ませていただくことになり、自分なりに技術を少しでも上げようと練習していました。元々、同学年の女子が少なかったため、男子と一緒に練習させてもらっていましたが、どう頑張っても男子のパワーには敵いません。私はまず男子のボールに慣れることから始め、サーブを強化しようと思いました。たった2回のサーブ権で自分がどれだけ優位に進められるかはパワーの出せるファーストサーブを入れることだと思います。ファーストサーブは絶対に入れる気持ちで打っていました。私は同学年の部員の中で一番速くパワーのある球を打てるわけではありませんし、一番上手でもありません。だから、同学年の中で一番確率の高いサーブを打とうと思いながら練習しました。3年生になり全体の指揮をとる立場になると正直大変でした。リーダーシップがなかったため、部員を困らせることがたくさんありました。その度に「大丈夫ですよ」の後輩の一言に救われていました。1年生の時はまだまだ時間はあると思っていましたが、3年間はあっという間です。いやになることも勿論沢山あると思いますが、1、2年生の皆さんにはなるべく後悔の少ない部活動にしてほしいと思っています。1年生は誰よりも一生懸命にやってください。2年生は、もう部内で1番の先輩なので、1年生の頑張りをよく見てあげてください。1年生が準備や片づけを積極的に行ってくれると思いますが、そのときにはきちんと「ありがとう」と伝えてください。1年生の頑張りを認めてあげられる一言だと思います。残りの部活動を充実したものにしてく

ださい。

ソフトテニス部を引退した3年生の皆さんへ

1年生の時に部活動を始めてから色々なことがあったけど、部内を明るくしてくれたり、練習に女子を入れてくれたり、本当に感謝しています。沢山怒ってごめんね。大変なことも多かったけど、それでも楽しいことも多くありました。3年間、一緒に活動出来て良かったです。ありがとうございました。



バスケットボール部男子 O. T

昨年、男子は8人しかいませんでした。1年生だけなので基礎体カトレーニングが中心でした。腰を落としディフェンスの練習を混ぜながら体幹を鍛える等など1年間バスケットの基礎を学びながら練習してきました。本年度、1年生が6人入りました。全部で14人です。初心者ぞろいですが、伸びしろのある1年生です。ひとつひとつ教えながら、僕たち2年生もできる限り頑張っていきます。

バスケットボール部女子 M. H

バスケットボールは5人が出場します。そんな中、私たちの代は8人。1つ下の学年は一人も入らず、約1年8人で活動してきました。人数が少ないため、皆げがなどをしていて誰も交換できない場面がたくさんありました。でも人数が少ないからこそ、こうした方が良く、ああした方が良くなどと発言しやすくて良かったです。新しく入ってくれた1年生、私たちが部活を引退した中、先輩が誰もいなくなって大変だと思います。しかも、私達より少ないので全員試合に出ます。一人がげがなどで試合に出れなくなるとその時点で試合は終わってしまいますので、ケガには注意して全員で協力して頑張ってください。

バドミントン部男子 M. K

今年は特別な夏となりました。世界中、今大変な状況が続いていて、部活動も3ヶ月以上活動自粛、中体連なども中止、様々な行事やイベントも中止となり、部活動に関しては正直、不完全燃焼に終わりました。でも交流試合では、区大会の個人戦1位の人に勝つことができて良かったです。後輩たちには、悔いのないよう今できることを一生懸命に取り組み、活動をしてほしいと思います。自分は先生方や家族に感謝し、今後もバドミントンを続けていきたいです。

バドミントン部女子 K. A

新型コロナウイルスの影響で引退試合ができるか不安でしたが、交流試合という形で開催出来て良かったです。正直、やめようと思ったこともありましたが、先生や先輩方のおかげで続けられました。部活動で得られたものもあり、あの時やめないで続けていて良かったなと思いました。部活動で得たものを今後の生活に活かしていきたいです。1, 2年生の皆さん、これから大変になっていくと思いますが、協力しながらがんばってください。



#### バレーボール部 K, M

バレー部は人数が少なく、思うように練習が上手いかなかった事もありましたが、最後の交流試合では今までなかなか良い結果を残せなかったにもかかわらず、3試合全勝と良い結果で終わることができました。約2年間、活動を続けてみて、より一層仲間との絆が深まったなと思いました。日々の練習を頑張って来れたのは、指導して下さった先生方と一緒にプレーした仲間のおかげです。ありがとうございました。最後に1, 2年生へ、2年生より1年生の方が人数が多い状況ですが、互いに協力し合って、良い関係を築き頑張ってください。

#### 卓球部男子 O, S

1年生の時、どの部活動に入部するか悩んでいました。本当は陸上部に入りたかったのですが、この学校に陸上部がなく、仮入部の時もどの部活に入るかとても悩みました。ですが、その時、テレビで卓球の大会を見て、自分の思っていた卓球のイメージとは違い、とても激しいプレイでした。それを見た時、自分は細かいことが苦手で卓球は自分には合わないと思っていたのが変わり、興味を持ち入部を決めました。実際にやってみるとテレビで見っていた選手のようにはいかず、自分には向いていないと思うこともありましたが、先輩に教えてもらいながら少しずつ上達していることが目に見えてわかった時はとても嬉しかったです。先輩が引退し、自分が教える側になり、自分が先輩に教えてもらったように後輩に教えることができましたと思います。3年生になり、部活動もあまりできず、試合も交流試合だけということになってしまい、残念でした。交流試合が最後の試合だったので、自分の全力を出し切ることはできましたが、結果はあまり良い結果ではなく、とても悔しかったです。1, 2年生の大会とは違い、試合で負けるともう中学校での試合ができなくなってしまうので、プレッシャーを感じました。1, 2年生はまだ試合があります。3年生で引退する時に悔いが残らないように、1回の試合を大切に、自分の全力を出し切り、良い結果を出せるように常に上を目指してほしいと思います。

#### 卓球部女子 W, Y

今年度は、1, 2年生と部活をする時間が今までより少なくなってしまい、残念な気持ちでいっぱいです。「1, 2年生にもっと何かしてあげられたんじゃないか」と後悔していることもあります。ですが、大会や部活のみんなで汗を流した一日一日は私にとってとても良い思い出になりました。また交流試合もいつもと違う形式で行われ、慣れない中での試合でしたが、最後はみんな笑顔で終えられたと思います。1年生はまだ部活に慣れていない部分があると思いますが、自分のペースで楽しく頑張ってください。2年生は1年生も入り、自分たちの時間と1年生に充てる時間との管理が大変だと思いますが、先輩としての責任もあると思います。残り1年間、楽しく過ごし、最後笑って部活動を終わられるように頑張ってください。

## 野球部 S. K

皆さんにとって部活とは何ですか。同学年、他学年との交流の場、自分が成長する場所、やりがいのある所、人それぞれ感じ方は違うでしょう。私にとってそれは一種の挑戦でした。私は中学校1年生から野球部に入り、同学年がない中、活動してきました。一人というのは、人によって感じ方が違うかもしれませんが、私にとっては大変な苦痛でした。私は野球ができるギリギリ9人目でした。さらに一度決めたことをやめるというのがすごくいやだったので続けました。もちろん、何度も挫折しましたし、涙も流しました。でも



もその中で、たくさんの人の優しさに触れることができましたし、たくさん助けられました。その経験は何物にも代え難く大切なものになっています。この感謝は伝えきれないほどです。このように私は部活動に入ってたくさんの経験をすることができました。周りの人の優しさ、継続することの大切さを知ることができたのです。後輩の皆さん、先輩は大切にしましょう。たくさんのことを教えてくれるし、支えてくれます。先生を尊敬しましょう。部活で一番優しいです。いつでも味方になってくれます。後輩は大切にしましょう。先輩からもらった優しさを伝えてください。あなたたちを見て成長します。たくさんの方がたくさんのごことで挫折すると思います。でも、とりあえず続けてみませんか。もしどうしようもなくなったら、絶対に周りの人が助けてくれます。助けてもらえたら感謝の気持ちを伝えてください。いつかあなたの経験は必ずあなたの利益になります。今は大変かもしれないけど、とりあえずやってみましょう。皆さん、楽しい学校生活を送ってください。

## 美術部 M. F

最近やっと、活動が始まり、後輩も入部して部活らしくなってきました。2年生は新しく入ってきた1年生と仲良くしているし、1年生は好きな絵を描いたり、ペーパークラフトをやったり楽しそうにしているので、今はとても良い雰囲気です。美術部は楽しいところです。仲間割れの心配はありません。今年一番心配なのは文化祭の展示がどうなるかということです。

## 音楽部 K. N

先日、仮引退の日に小規模ですが発表会を開かせていただきました。来てくださった方々に感動していただいたり、温かい言葉もいただいて3年間での成長やその成果を自分たちでも感じられ、音楽部に入って良かったと思いました。入部した当初から先輩が居らず、同級生の仲間と何もわからずに悩みながら活動していた1年生の頃が懐かしいです。開催できるかは定かではありませんが、3年生も今のところ、文化祭には出演する予定なので皆さんに楽しんでいただけるような発表にしたいと思います。そして、1年生で音楽に興味がある人は今からでもぜひ、声をかけてください。とても楽しいです。2年生には、音楽の楽しさを忘れず3人で協力し合って活動してほしいと思います。応援しています。

## 自然科学部 Y. H

この部に入ってから大変なこともありましたが、いざ引退となると寂しい気持ちです。この2年間と少しの間、いろいろと苦労したこともあったけれど、このメンバーでやって来れて良かったと思っています。私達が引退したら、これからは2年生が引っ張っていく番ですね。大変なこともあると思いますが、1年生と支え合って自然科学部をより良いものにしてほしいです。応援しています。今までありがとうございました。自然科学部で過ごしてきた時間は私の宝物です。

ハマ弁デー（無料試食会）があります。

9月11日（金）は「ハマ弁」を知って多くの生徒に知ってもらうために、無料の試食会を行います。

メニュー

- ・ポークカレー
- ・しょうが風味のスープ
- ・ツナサラダ
- ・パインのシロップ漬



お弁当作りのまめ知識 『お弁当作りの3つの法則』

- ① 食べる人にピッタリサイズのお弁当箱を選ぶ。  
中学生の必要なエネルギー量からすると男子は900ml、女子は800mlのお弁当箱がピッタリサイズだそうです。
- ② 主食3、主菜1、副菜2のバランスを大切にする。  
お弁当の容器の面積比で主食3、主菜1、副菜2の割合で詰めるのが良いとのこと。
- ③ 調理法や味付けにバリエーションを持たせる。  
主菜、副菜が同じ調理法や味付けが重ならないように工夫する。揚げ物だらけはNG
- ④ 衛生に注意してしっかり詰める。  
美味しいおかずをつめても傷んでしまったらNGです。