

3月号



R7

2 / 28

東東だより

★東予東中学校の教育目標

「心豊かにたくましく生きる 生徒の育成」

★西条市立東予東中学校ホームページ

<http://toyohigashi-j.esnet.ed.jp/>



「大谷翔平の目標達成シート」

校長 高橋 保夫

大谷翔平 2012

0-6 体のケア	0-1 サウスイット その心	0-2 PSQ 90kg	1-8 イスニア改善	1-1 体幹強化	1-2 軸をぶらさ	2-8 角度を下げ	2-1 上からボール をたくたく	2-2 リストの 強化
0-7 柔軟性	0-0 体づくり	0-3 RSQ 130kg	1-7 ツースポットの 安定	1-0 コントロール	1-3 不安をなくす	2-7 力まない	2-9 キレ	2-3 下半身主導
0-4 スタミナ	0-5 可動域	0-4 東予杯 朝3杯	1-6 下肢の強化	1-5 体を開かぬ	1-4 マタルコントロール をする	2-6 ボールを 前でリリース	2-5 回転数アップ	2-4 可動域
0-3 胸を膨らませ 呼吸の目的	7-1 喜愛 しない	0-8 頭は冷静 心は熱く	0-9 体づくり	1-1 コントロール	2-1 キレ	3-8 軸をまわす	3-1 下肢の強化	3-2 体重増加
7-2 びんぎに 強い	7-0 メンタル	7-3 素直に 流れない	7-4 メンタル	7-5 8球団	3-2 スピード 160km/h	3-7 体幹強化	3-9 スピード 160km/h	3-3 肩周りの強化
7-4 波を すらすら	7-5 勝利への 執念	7-6 仲間を 思いやる心	8-1 人間性	8-2 運	4-1 変化球	3-4 可動域	3-5 ライナー キャッチボール	3-4 ピンチング を増やす
6-8 感性	6-1 愛の人間	6-2 計画性	5-6 あいさつ	5-1 ゴミ拾い	5-2 部屋をきれい	4-1 カットボール を増やす	4-1 フォーク完成	4-2 スライダ ンキレ
6-7 思いやり	4-0 人間性	6-3 感謝	5-7 道具を 大切に使う	6-0 運	5-3 審判への 態度	4-7 遅く落差の あるカーブ	4-0 変化球	4-3 左打者への 決球
6-6 礼儀	6-5 信頼される人間	6-4 継続力	5-8 プラス思考	5-0 爪を伸ばす 人間になる	5-4 本を読む	4-6 スレートと同じ フォームで投げる	4-6 トライクから ボールに投 げやすさコントロール	5-4 実行きも イメージ

昨年もメジャーリーグで大活躍した大谷翔平選手。上の図は、大谷選手が高校1年生の時に作った「目標達成シート」です。今までにも様々なメディアで紹介されたことがあるので、皆さんの中にも、すでに知っている人もいます。

「日本のプロ野球 12 球団の内、8 球団からドラフト1 位に指名される。」という目標を中心に、そのために必要な「体力づくり」などの8 個の項目（目標）を設定し、さらに、その8 個について具体的な8 個の目標を設定しています。

これらの目標を、16 歳の時点で設定していたことに、まず驚きます。そして、この目標どおり努力を続け、今も自分を鍛え続けて、メジャーリーグを舞台に数々の偉業を成し遂げている姿を見ると、やはり目標を持って努力することは、とても大事だと実感します。

また、もう一つ注目したいのは、「野球」とあまり関わりがないような『運』と『人間性』という目標が入っていることです。『運』の周りには「あいさつ」「ゴミ拾い」「道具を大切に使う」、『人間性』の周りには「思いやり」「感謝」「礼儀」などが書かれています。野球だけでなく、このようなことにも意識を向けて努力してきたからこそ、人間力も鍛えられ、同じチームの選手から「オオタニと共に頑張る、世界一になりたい。」と言われたり、たくさんの人から親しみを持って応援されたりする人になれたのではないのでしょうか。

改めて大谷選手の活躍を振り返ってみれば、『運』や『人間性』の部分に書かれている目標は、「野球」も含めて人そのものを育てる重要な目標であったことが分かります。東予東中学校は、伝統的に「あいさつ」を大切にしていますが、大谷選手の目標を参考に、「あいさつ」に加えて自分ができるところを探し、実行してみてもはどうでしょうか。きっと、より豊かな人生を送るための土台を築くことにつながると思います。

まもなく卒業、進級を迎える皆さんの今後の成長を期待しています。

【表彰】

愛媛県小中学年別卓球大会西条地区予選

中1男子シングルス **第1位** 山内 健英
第3位 宮崎 尊虎
 中1女子シングルス **第1位** 越智 心愛
 中2女子シングルス **第1位** 藤原 望羽



第64回西条市少年剣道大会

中学生男子の部 **優勝** 男子剣道部Bチーム **第3位** 男子剣道部Aチーム
 中学生女子の部 **第3位** 女子剣道部

令和6年度愛媛県ソフトテニスランキングプレイヤー

中学生男子ランキング**第3位** 井上 陽翔 ・ 野口 健成

令和6年度西条市スポーツ表彰

スポーツ優秀賞 前川 侑大 ・ 佐伯 空叶 ・ 神野 藤汰
市民スポーツ賞 志賀 沙里菜 ・ 井上 音 ・ 首藤 沙英子

令和6年度西条市優秀少年剣士

松岡 凜空 ・ 井上 音

平和ポスターコンクール

銀賞 越智 菜乃花

令和6年度人権啓発カレンダー

優秀賞 高木 結菜



(平和ポスター)

令和6年度人権意識を高めるための作品集

優秀賞 一色 七海 ・ 久木 優和 ・ 越智 凜和
 十亀 柚愛 ・ 本田 悠真 ・ 塩原 那月 ・ 飯尾 勇磨

第63回愛媛県学生書道展

秀作 三谷 志野 **入選** 松井 絢音 ・ 村上 愛花

日本バツハコンクール 高松

中学B部門 **優秀賞** 稲井 志葵



2年生が少年の日記念集会(2/4)を行いました。14歳を迎え「自覚」「立志」「健康」について改めて考える機会となりました。各自が自分の決意を表す言葉を紹介し、思いを発表しました。



2月7日(金)に第3回学校運営協議会を行いました。10名の委員の方の参加をいただき、今年度の東予東中学生の頑張りや気付き、学校への願いなど、多くの意見が出されました。どの御意見も生徒たちを慈しみ、東予東中が地域に根差した学校になるようにとの思いが込められていました。



1・2年生は今年度を締めくくる学年末テストが終わりました。残すところ、3月6日から始まる3年生の県立入試のみとなりました。これまで積み重ねてきた成果が十分に発揮できることを祈っています!



日	曜	主な行事予定
3	月	専門委員会
5	水	3年生給食最終日
6	木	県立高校一般入試(～7日) PTA総務役員会
10	月	特別支援学校入試
11	火	3年生遠足(雨天時は中止)
14	金	3年生を送る会
17	月	卒業証書授与式
18	火	県立合格発表、遠足(1・2年)
19	水	特別支援学校合格発表 懇談会(午後)
20	木	春分の日
21	金	懇談会(午後)
24	月	懇談会(終日)
25	火	修了式
26	水	PTA会計監査
27	木	離任式
		※1、2年生の給食最終日は3/21(金)です。3/17は卒業式、3/18は遠足のため給食はありません。



日	曜	主な行事予定
8	火	新任式・始業式・学級写真
9	水	入学式・学級写真撮影 1年生学級発表(7:50)
10	木	給食開始(2・3年) PTA総務役員会(19:30)
11	金	給食開始(1年)
14	月	全国学力・学習状況調査・理科(3年)
16	水	内科検診(1年)
17	木	全国学力・学習状況調査・国数(3年)
19	土	参観日・PTA総会 PTA専門部会・部活動懇談会
21	月	2・3年生繰替休業日(19日分)
22	火	集団宿泊研修(～23日)(1年)
24	木	1年生繰替休業日(19日分)
28	月	家庭訪問(壬生川)
29	火	昭和の日
30	水	家庭訪問(多賀)
5/1	木	家庭訪問(周布・吉井)

※予定は変更することがあります。

スクールカウンセラー 3月の来校予定

7日 13:00～17:00
 14日 9:00～13:00

相談希望の場合は、担任や学校まで御連絡ください。

