



Full Bloom

No. 20

Full Bloom「満開」

今年の秋も短いのでしょうか……。

祝 特設駅伝部 女子連覇! 男子も健闘

好天に恵まれた9月17日(水)に、県北地区中体連駅伝大会が開かれました。駅伝といえば、襷(たすき)を通して思いをつないでいく競技です。今年は、あづま陸上競技場のトラックを区間ごとに周回し、その合計タイムで順位を決定するという変則的な運営となりました。襷の受け渡しこそなかったものの、選手同士、励ましの声をかけあい、伊達中の誇りをつないで全力で走りました。練習の成果を出し切り、女子は昨年に引き続き優勝を勝ち取りました。男子も、昨年より順位を上げて8位入賞を果たしました。女子駅伝チームには、男子の思いも受け止めて、県大会でのさらなる活躍を期待しています。



<朝の出発式> みんないい表情でした。

県大会に向けて

【大川 春希】

「1位、伊達中学校。45分05秒」。それを聞いた瞬間、私はホッとした。目標としていた2連覇を達成できた喜びと同時に、去年の自分を越えられなかった悔しさを感じた。

県大会では、この悔しさをバネに、誰よりも全力で練習に取り組み、中学校最後の駅伝を悔いなく終わりたい。

VICTORY!

【高橋 乙希】

ゴールまであと1周。今年はいつもと違って、襷をつながない駅伝だった。みんなに書いてもらった応援を胸に、スタートラインに立った。最初は不安や緊張でいっぱいだったけど、走っているうちに楽しさに変わっていった。残り150mのところで1人抜いて区間賞を取ることができた。

無事、県北大会2連覇を達成した。県大会では、もっと暴れようと思う。

初めての入賞

【増子 海晴】

競技終了後、みんなで写真撮影をしている時、「8位、伊達中学校」と聞こえてきた。僕は思わず「え？」と声が出た。すごくうれしかったけれど、驚きの方が大きかった。僕のタイムがいつもより遅かったからだ。僕は区間18位だった。しかし、その後の区間レースで、みんなが順位を上げてくれた。その結果、8位に入賞することができた。

言葉では言えなかったけれど、みんなにはとても感謝している。みんなのおかげで、僕は3年間で初めて入賞することができた。今回の大会で、改めて駅伝の良さを知ることができた。

3人の選手とも、チームメイトの声援が力になったと言っていました。励まし合い、カバーし合う学年であり続けてほしいです。

来週の予定

月日(曜)	1	2	3	4	5	6	行事等	給食	清掃	部活動	下校時刻
9/22(月)	火2	火3	火5	火6	火1	月5		○	○	×	16:30
23(火)	秋分の日										
24(水)	水1	水2	水3	水4	水5	水6		○	○	×	15:30
25(木)	自習	国語	理科	保体	社会		中間テスト	○	×	×	15:10
26(金)	英語	技・家	音・美	数学	concert		スクールコンサート	○	×	○	17:30

お弁当の日

火曜日は、中学校生活最後の「お弁当の日」でした。今年のテーマは「地域の食材を使う」ということでした。さて、どんな食材を使ったのでしょうか。

福島県はモモやナシ、リンゴなどの果物の生産量が全国でも上位にあり、しかもどの果物も、とてもみずみずしくておいしいです。秋から冬にかけて主に梁川地区で生産される「あんぽ柿」は、見た目にも鮮やかなオレンジで、口に入ると甘さが広がります。最近の果物と言えば、ブドウでしょうか。お弁当に「シャインマスカット」を持ってきた生徒もちらほらいたようです。また、直売所にはキュウリやナス、小松菜など、県北地区で作られた野菜がたくさん並んでいます。

高校には給食がありません。保護者の皆様と同じ「お母さん」としては、中学校での「お弁当の日」を生かして、1ヶ月に1回は自分でお弁当を作ってほしいかな……と思います。



まずはフタを開けて、お弁当談義に花が咲きます。



振り返りのために各自タブレットで自作のお弁当を撮影します。



先生もパチリ！この写真は、後日1階ホール前に掲示します。



○ ミニトマトとピーマンを入れることで、彩りが鮮やかになるように工夫した。卵焼きは、巻くときにスキマを空けないようにきれいに焼けた。

【日戸 咲希】

○ 前日に準備をしていたので、朝、スムーズにお弁当作りができた。どのように詰めたから見栄えよくなるのかを工夫した。

【栗原 美結】

○ 普段は全く料理をしないから、とても緊張した。母と一緒に、とってもおいしいお弁当が作れてうれしかった。油で揚げるのはできなかったけど、野菜を炒めたり、チーズをハムで巻いたり、後片付けをしたりして、自分でできることをがんばった。

【平井 瑠夏】

○ 彩り・栄養に気をつけてお弁当を作った。主食3：主菜2：副菜1のバランスを、もうちょっと意識したかった。

【佐柄 南】

○ 中学校最後のお弁当の日。1・2年の時は親に手伝ってもらったけれど、今年は全部自分で作った。前日の夜に準備をして、なるべく朝忙しくならないようにした。【阿部妃芽璃】

実力テストの振り返りから お悩みQ&A

Q： 実力テストと定期テストが近いので、どのように勉強したらよいか、悩んでいます。

A： 帰宅してから夕食までの時間をどう使っていますか。例えば、夕食前は授業の予習・復習や宿題、夕食後に実力テストに備えた受験勉強、のようにしてはどうでしょう。実力テストが終わった今は、夕食前に実技教科の勉強など、メリハリをつけて取り組んでほしいと思います。

Q： 数学の得点が伸びません。

A： 正負の数や文字式、方程式などの基本問題は確実にできていますか。このような計算問題を確実に解くことが得点アップにつながります。特に苦手な人は、1年生の教科書やワークに戻って、基礎を固めることが大切です。また、－(マイナス)の付け忘れなどがないように、見直しもしっかり！

Q： 理科や社会はどのように勉強したらよいでしょうか。

A： どちらも「暗記教科」ではないのですが、まずは教科書の太字の重要語句を覚えることから始めたという先輩がいました。また、『マンガ日本の歴史』などを読んで、イメージをつかんで歴史の流れを覚えた先輩の話も聞いたことがあります。