



令和7（2025）年度

栄南中だより

札幌市立栄南中学校

<https://www.sakaeminami-j.sapporo-c.ed.jp/>

「志を胸に、今日を生きる」-Start with Today

みなさん、あけましておめでとうございます。

昨年の終わりに、「省く・省みる」という言葉をお伝えしました。いらないものを手放し、心に空間ができたなら、新年、そこに入れるのは「志（こころざし）」がよいと思います。

志とは、「こうなりたい」「こう生きたい」と願う、自分との約束のようなものです。それは、「目標を達成する」「夢を叶えるために努力する」でもよいですし、「毎日をていねいに過ごしたい」「誰かの力になれる人になりたい」「毎日、〇〇に挑戦する」といったものも、立派な志です。

今年は午（うま）年です。私が社会科の教師になったばかりの頃、歴史の授業で武士が馬に乗っていたことを教えるたびに、「自分も体験してみたい」と思っていました。それから10年ほどたった頃、実際に馬に乗る練習をしました。

馬は人の気持ちをよく感じ取る、とても繊細な動物です。しかし同時に、重い体を支えながら力強く前へと進んでいく、芯のある強さももっています。その強さは、ただ速く走ることではなく、信頼に応えようとするまなざしや、何度も立ち上がる姿にあらわれます。馬のように、やさしさと強さをあわせもち、自分の歩幅で一歩ずつ進んでいく——そんな姿勢を、今年の自分にも重ねていきたいと思っています。

日本には「段取り八分、仕事二分」ということわざがあります。結果は準備で決まる、という意味です。といっても、「なんでも完璧にしておかなくては」と気負う必要はありません。例えばテストも、直前にあわてて取り組むより、日々の授業を大切にし、少しずつ復習を重ねておくことで、当日も落ち着いて臨むことができます。部活動でも、毎日の練習が「これまでやってきたから大丈夫」という自信につながります。小さな準備でも、少しずつ積み重ねていくことで、前に進む力になります。準備は、安心につながるものです。自分のペースで、できることから始める。その一歩が、きっと未来の自分を助けてくれます。

3年生は、まもなくこの学び舎を旅立ち、それぞれの道へと進んでいきます。多くの経験を重ね、頼もしい先輩となった2年生は最高学年へ。新しい出会いと学びの中で成長を続けている1年生は、中堅学年へと進みます。3学期は、これまでの歩みを振り返りながら、次の一步を整える大切な時間です。春に向けて、種をまくときもあります。

それぞれの歩幅で、今日を大切に歩んでいきましょう。よりよい3学期、そして一年になりますように。

【令和8年1月15日(木) 3学期始業式校長講話より】

未来へつながる3学期

2学期を振り返ると、私にとって多くの挑戦があった学期でした。勉強や部活動、学級の仕事など、やるべきことが重なり、思うようにいかずに焦ったり、気持ちが空回りしてしまったりすることもありました。特に、自分のことで精一杯になり、周りを見る余裕を失ってしまったこともあります。それでも「途中で投げ出さず、最後までやりきること」を大切にし、できることから一つずつ向き合おうようにしてきました。

学級代表としての活動では、クラス全体のことを考えて行動することの難しさを強く感じました。自分の意見を伝えるだけでなく、周りからの声に耳を傾け、どうすればみんなが過ごしやすいクラスになるのかを考える必要がありました。思うように動けず、悩むこともありましたが、仲間や先生に支えられながら少しずつ責任をもって行動できるようになったと思います。この経験を通して、1人で頑張るのではなく、周りと協力することで前に進めるということを学びました。

3学期は、中学校生活の集大成となる学期です。同時に、私たちが高校生活へと踏み出すための大切な準備期間もあります。新しい環境に進むことに、不安や緊張を感じている人も多いと思います。私自身も、期待と同時に、不安な気持ちを抱えています。しかし、中学校での3年間を振り返ると、うまくいかないことや失敗した経験も含めて、その一つ一つが自分を成長させてくれたと感じています。

高校では、これまで以上に自分で考え、自分で行動する力が求められると思います。だからこそ、中学校生活の中で身に付けてきた最後まで諦めずに取り組む姿勢や、周りと協力する姿勢を大切にしていきたいです。そして、新しい環境でも失敗を恐れずに挑戦し、自分の可能性を広げていけるよう努力していきたいと思います。

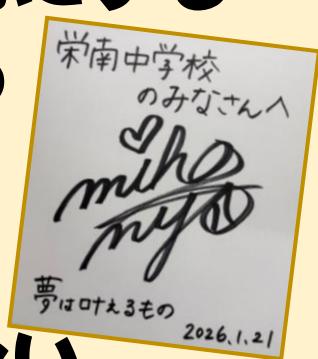
残りわずかな中学校生活を悔いのないものにするために、1日1日を大切に過ごし、それぞれが自分の目標に向かって前向きに進んでいきましょう。この学期が、未来へつながる充実した時間になるよう、私自身も全力で取り組んでいきたいと思います。

【3学期始業式3年生代表の話より】

全校道徳～二條実穂 Dream Power Project 2025～

1月21日（水）の3校時に、元プロ車いすテニスプレイヤーの二條実穂さんによる道徳講演会が行われました。講演では、「夢の力」と題してこれまでの様々な経験をもとにお話しいただき、生徒たちも真剣に耳を傾けていました。最後には、「夢を実現するために大切にしていること」として5つのキーワードが示され、前向きに生きるヒントをいただく時間となりました。

1 心の中の「好き」を大切にする	2 夢を言葉にし、宣言する	3 誰かと自分を比べない	4 夢の階段を登る	5 「無理」と絶対に言わない
-------------------------	----------------------	---------------------	------------------	-----------------------



栄南中学校
のみなさんへ
miki
nyo
夢は叶えるもの
2026.1.21



【二條実穂さんのプロフィール】

北海道出身。大工として働いていた23歳のときに、建築現場の足場から落下し脊髄を損傷、車いす生活に。退院後すぐに始めた車いすテニスで徐々に活躍の場を広げ、多くの世界大会に出場するプロのプレイヤーとして活動。2016年リオデジャネイロパラリンピックでダブルス4位入賞。同年、旭川市体育協会スポーツ栄誉賞を受賞。旭川観光大使に就任。講演や競技の体験教室、イベントへの参加などパラスポーツ振興にも積極的に取り組む。2019年5月に現役を引退。引退後も、パラ応援大使を務めるなど、パラスポーツの発展・振興やバリアフリー推進に貢献。