

# 鶴城中だより

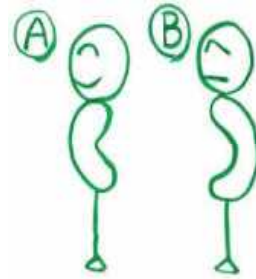
文責  
校長 田上明利  
No. 2

## 立腰教育の薦め

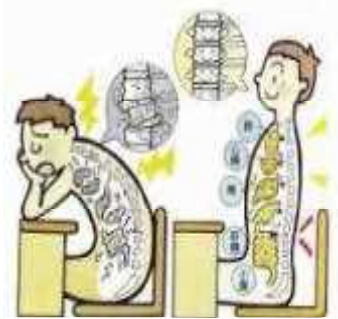
### 心づくりは姿勢づくりにから

立腰(りつよう)という言葉をご存じでしょうか？これは、明治時代から大正時代に活躍された教育者(哲学者)の森 信三さんが提唱されました。

立腰とは、腰骨を立てること。二足歩行を始めた人間にとって、腰骨を前に出し、おしりを突き出した姿勢は、実に自然体です。下の図のAのような姿勢は、



見た目にも美しく、内臓を圧迫することはありません。



ません。このことは、椅子に腰掛けたときも同様で、成長期である生徒の背骨や内臓に悪影響が出る可能性が高まり、姿勢の悪さは、視力にも影響が出るようになります。森先生は、立腰の効果として、次の10点を提示されています。

- ① やる気がおこる
- ② 集中力がつく
- ③ 持続力がつく
- ④ 頭がさえる
- ⑤ 勉強が楽しくなる
- ⑥ 成績も良くなる
- ⑦ 行動が俊敏になる
- ⑧ 内臓の働きがよくなり健康的になる
- ⑨ 精神や身体のバランス感覚が鋭くなる
- ⑩ 身のこなしや振る舞いが美しくなる

立腰教育は、学力向上健康の維持につながります。ご家庭においても、子どもたちの姿勢に、目を向けていきましょう。

### 生徒会主催「全校朝ボランティア」

四月二十七日(金)朝七時半から運動場の除草をするボランティア活動がありました。これは、生徒会執行部が企画立案し、全校生徒に呼びかけて行われました。学校を愛する気持ちで、このような形で実行してくれる生徒を頼もしく思いました。

### 雨ニモ負ケズ 自転車登校

五月二日(水)朝、久しぶりに強い雨が降っていました。当然と言えば当然、当たり前と言えども、雨合羽を着てたくましく自転車登校してくる生徒がたくさんいました。

都心の学校では、雨天時には、車で送迎してもらいますが、本校の生徒は、本当にすごいと感じまし

ました。そして、登校するやいなや、朝トレが始まっていました。ある生徒が、「校長先生、今朝、寝坊をしてしまいました。まだ、間に合いますか。」と、話しかけてきたので、「大丈夫ですよ。」と答えると「よかった。」と言って足早に自転車小屋の方へ走っていききました。ちなみに、時刻は、午前七時十五分でした。こんな前向きな生徒の姿に感動を覚えた朝でした。雨にも関わらず、元気に

登校する生徒達のひたむきさに心を動かされ、宮沢賢治の詩「雨ニモ負ケズ」を思い浮かべました。

雨ニモマケズ  
風ニモマケズ  
雪ニモ夏ノ暑サニモマケヌ  
丈夫ナカラダヲモチ  
慾ハナク  
決シテ曠(いか)ラス  
イツモシヅカニワラツテキ  
ル……………(中略)……………  
ヨクミキキシワカリ  
ソシテワスレズ……………  
……………(後略)

### 有終の美を飾る 健闘をたたえて

ソフトテニス部は、四月二十一日に開催された熊本県選手権山鹿予選ソフトテニス大会個人戦において、男子の部で江藤・北原ペアが見事優勝しました。

また、塚本・大坪ペアも五位、女子の部の手島・瀬戸ペアも五位と健闘し、三つのペアが今月行われる県大会に出場するこ

### 有終の美を飾る あいさつの習慣を

毎朝、校門に立っておきますと、「おはようございます」と、元気な挨拶、そして、校門一礼をし、登校してくる鶴城中生。本当にすばらしい習慣が身につけていると感心しています。また、校内でも、挨拶や返事がよくできており、いつ社会に出て大丈夫ではないかとも思っています。

さて、ご家庭ではどうでしょうか。地域の中ではどうでしょうか。「いつでも、どこでも、だれにでも」の挨拶ができていますか。

現代の中学生で最も課題となっているのが「人間関係構築力の育成」だと言われています。人間関係を構築するには、まず、挨拶を交わさなければなりません。相手の話をしっかり聞いたり、尋ねられたことにきちんと答えたりする力が求められます。ぜひ、学校・家庭・地域が協働して、まずは、挨拶の励行を心がけさせていきましょう。

---

.

---

---

---

---

---

---

---

---