

百錬自得とは、何回も何回も、練習して繰り返し探究していると、いつの間にか、自然に技が身に付いてくるという教えです。だから、「成功するかどうかは、君自身の努力次第である。」下線部を英語で言ってみましょう。答えは裏面にあります。



# 本中だより

令和5年12月号②

墨田区立本所中学校

校長 松井 隆



## 教育目標 『心豊かな たくましい本中生を育成すること』

### 《心豊かに たくましく》

豊かな感性と思いやりの心を培う文武両道の学力向上校を目指します。本校は、人間尊重の精神と社会貢献の精神を基調として、知徳体の志ある人間教育を眼目に、品格ある学校、静かな学校、きれいな学校、そして、今までできなかったことができるようになる学校を具現化します。そこで、持続可能な知識基盤社会において活躍し幸福な百年人生を実現するとともに、心豊かな人間性とたくましく生き抜く力をもった本中生を育成していきます。そのためには、次の3つの言葉を要とします。

改革;自己改革の情熱と、向上し挑戦する心

真理;真実を学ぶ心と、誠実な心

和合;和みのある豊かな感性と、思いやりの心

## 校訓 『学びあう』

百年人生で生涯学習の時代です。学びあうことは、可能性を開花するとともに、どんな困難をも克服して、明るい社会と幸福な人生につながります。 墨田区立本所中学校

## 百錬自得 (ひゃくれんじとく)

今となってはもう昔のことですが、古くから武道の稽古(けいこ)では、表題にあるように、百錬自得ということが大切だと言われてきました。百錬自得とは、何回も何回も、練習して繰り返し探究していると、いつの間にか、自然に技が身に付いてくるという教えです。このことは、よく考えてみれば当たり前のことだと思いますが、人間、当たり前のことを当たり前にするという事は凄いです。当たり前のことという言葉に普遍的なことという言葉に置き換えてみれば分かります。

さて、その道の技量を磨くためには、先ず、自ら工夫

し、たとえ何回やっても上手くないとしても、挫けず、根気よく、試行錯誤しながら、更に繰り返しやってみる必要があります。また、同格の仲間の同輩、後進の後輩、先を進んでいる先輩と、それぞれに応じて切磋琢磨しながら学びあい、意欲的にトレーニングを積むとともに、指導者からの確なコーチングを受ける必要があります。このことは、武道に限らず、どのスポーツでも、また、学業や将来の仕事等、どの分野においても当てはまります。

本中生は皆、学校生活や学習によく励んでいます。きっとこれからも、いろいろなことに挑戦していくこ

とでしょう。何かに挑戦していけば必ず何らかの壁にぶち当たります。そんな時こそ、ぜひとも、百錬自得の身構え心構えで乗り越えていってください。

結びとして、どんな名人だって、完全無欠な名人はいません。名人は修練した円熟な技を有しているものの、名人だって常に修練し、修練したら修練したところまで確実にできるようにしているから名人なのです。もし、勉強に伸び悩んでいる人がいたら、練習問題をやって、やったらやったところまで確実にできるようにすればいいのです。百錬自得で乗り越えていってください。【校長講話抜粋】

## ○令和6年(2024年)1月の主な予定 をお知らせします

- 1日(月) 元日
- 7日(日) 冬季休業日終
- 8日(月) 成人の日
- 9日(火) 冬季休業日後指導、安全指導
- 10日(水) いじめ防止授業、昼清掃
- 12日(金) オーケストラ鑑賞教室(2)
- 14日(日) すみだ教室
- 15日(月) 生徒会朝礼、受験壮行会  
基礎確認テスト(1, 2)
- 16日(火) 避難訓練、連合展覧会始
- 17日(水) 昼清掃
- 19日(金) 英検㉓
- 20日(土) 土曜授業㉑, 救命救急講習(1, 6組)
- 21日(日) すみだ教室
- 22日(月) 連合展覧会終、区学力調査(1, 2)
- 23日(火) 移動教室事前健康相談(2, 6組)
- 24日(水) 専門委員会、昼清掃
- 26日(金) 都立推薦入試1日目
- 27日(土) 都立推薦入試2日目
- 29日(月) 移動教室前日指導(2, 特2)
- 30日(火) 移動教室始(2・特2)
- 31日(水) 移動教室(2・特2)

## ○2月の主な予定をお知らせします

- 1日(木) 移動教室終(2・特2)
- 2日(金) 都立推薦合格発表
- 3日(土) 人権講演会・人権作文発表会【生涯  
学習センター】
- 4日(日) すみだ教室(閉校式)
- 5日(月) 都立推薦合格者入学手続き締切
- 6日(火) 安全指導  
都立一次分割前期出願受付終
- 7日(水) 区中研発表【ホール】
- 8日(木) 特別支援学級合同送別会リハーサル  
【曳舟文化センター】
- 9日(金) 漢検㉒、特別支援学級合同送別会  
【曳舟文化センター】
- 10日(土) 新入生制服採寸
- 11日(日) 建国記念の日
- 12日(月) 振替休日
- 18日(火) 都立願書取り下げ
- 15日(木) 避難訓練
- 17日(土) 土曜授業㉑、学校公開日、R6新入  
生保護者説明会、新入生テスト
- 19日(月) 〈生徒会朝礼〉移動教室報告
- 21日(水) 〈昼清掃〉、都立一般入試
- 23日(金) 天皇誕生日
- 26日(月) 〈全校朝礼〉
- 27日(火) 学年末考査始
- 29日(木) 学年末考査終

### ◎Society(ソサエティ)5.0の情報安全に備えて

これからの社会での情報の危険性に鑑み、中学校段階では、本校はSNSをしないことをルールとしています。しかし、卒業後、高度情報社会の大波を受けることは必ずです。そこで、情報安全のための心構えや身構えを、今からしっかり作っておく必要があります。次のことに留意しトラブルを防止しましょう。

**その1、まぎらわしい言葉を使わない** インターネットやSNSは、直接話さないで、相手の意図が伝わりにくい。そのため、普段から言葉を正しく使う習慣を身に付け、十分に気を付けましょう。

**その2、文章を考えてから送信する** 一時の感情に任せて情報発信をしてしまうと、取り返しがつかなくなる場合があります。文章を送る際には少なくとも読み直しをするなど、『ゆとり』をもちましょう。

**その3、保護者とのルールを作る** インターネット、SNSのトラブルは、未成年者だけでは解決できない場合があります。危機回避の点からも、普段から保護者とよく話し合い、しっかりとしたルールを決めましょう。

**その4、既読無視されても気にしない** 既読無視は、相手を傷付け精神的なストレスにつながる場合があります。しかし、相手にもいろいろな事情があることを頭に入れて冷静に対応していきましょう。以上のことをしっかり考えて、トラブルに巻き込まれないようにするため、正しくインターネットを使う心構えや身構えを養いましょう。

◎インターネットを使う上でも**人の悪口を言わない・だまされないことが肝心**

◎いじめは、いつでも誰にでも起こり得ることを前提とし24時間対応のいじめ電話相談窓口が開設されています。すみだスクールサポートセンター**電話03-3613-0127**です。いじめ問題に関する相談ができます。勇気を出して相談をしてください。さらに、『どんな小さなことでも心配・不安・悩みがある時は一人で悩まず、相談しましょう』『TOKYOほっとメッセージチャンネル』(<https://ijime.metro.tokyo.lg.jp/message/>)にも相談できます。

Whether you will succeed or not depends upon your own efforts.  
成功するかどうかは、君自身の努力次第である