

大和の風

【第15号】令和7年11月21日発行

発行者 佐賀市立大和中学校

文責 木村 信人

<https://www.education.saga.jp/hp/yamato-j/>



学校目標：～夢や目標をもち、思いやりの心とチャレンジ精神に満ちあふれた生徒の育成～

第62回佐賀県中学校駅伝大会

11月7日（金）、ふくどみマイルンド公園コースにて「第62回佐賀県中学校駅伝大会」が行われ、本校男子チームが出場しました。男子チームは、先月の佐賀市中体連駅伝競技大会において見事1位となり、市の代表として今大会に臨みました。県内各市町から選ばれた全24チームが集う中、レース当日はやや気温が高い条件でしたが、選手たちは最後まで粘り強い走りを見せ、堂々の9位でフィニッシュしました。全力を尽くしてタスキをつないだ選手たちの頑張りに、大きな拍手を送りたいと思います。応援いただいた皆様、ありがとうございました。



第68回文化発表会・合唱コンクール（保護者アンケート結果）

今年の文化発表会・合唱コンクールでも、多くの保護者の皆さまにご来校いただき、あたたかいご声援や励ましの言葉をたくさん頂きました。アンケートの一部をご紹介します。振り返ります。

まず多かったのが、「子どもたちの成長を強く感じた」「どの学年も一生懸命で感動した」との声でした。特に合唱では、1年生の初々しさ、2年生の力強さ、そして3年生の堂々とした歌声に心を揺さぶられたという感想が多く、「最上級生らしい素晴らしいハーモニーだった」「金賞以上の感動をもらった」という言葉も寄せられました。また、劇や展示についても「個性や自主性がよく出ていた」「作品のレベルが高い」「考えさせられる場面もあり、真剣に観られた」と好評でした。

会場の雰囲気については、「生徒の聞く姿勢が立派だった」「生徒会や先生方が一丸となって盛り上げていた」と、子どもたちの姿に対する温かい評価が多数ありました。一方で、「参観者が多く椅子が足りなかった」「後方席から見えにくかった」というご意見もいただきました。加えて、「保護者の私語が目立った」「保護者のマナーが悪く残念だった」「撮影で立つ人がいて見えづかった」など、マナーに関する課題も寄せられています。

その他のご意見としては、「展示が今年は見られて嬉しかった」「順路の案内をもっと分かりやすく」「開演時間が押してしまっていたので改善してほしい」といった運営面のご指摘も頂きました。また、「仕事で全部は見られないので、限定公開の動画配信があると助かる」という声も複数ありました。

行事を温かく見守ってくださり、多くの方が足を運んでくださったことに感謝申し上げます。皆さまの温かい言葉は、子どもたちの励みになるだけでなく、今後の運営改善にもつながる大切なご意見として受け止めております。

アンケートへのご協力、ありがとうございました。

「立腰（りつよう）教育」について

本校では、話を聞く時や授業前など、「立腰（りつよう）」を行っています。「立腰」とは、腰骨を立てて背筋を伸ばし、正しい姿勢で座ることです。この姿勢を保つことで、心と体が安定し、集中力や持続力が育まれるとされています。また、姿勢を正すことは、健康面だけでなく、道徳心や自己肯定感といった人間的な基礎を養う教育の考え方でもあります。ご家庭でもいかがでしょうか！

立腰の具体的な方法

- ・椅子に深く腰掛け、足の裏を床につける。
- ・お尻を後ろに引き、腰骨を前に出すように意識する。
- ・背筋を伸ばし、肩や胸の力を抜く。
- ・両手は太ももの上に置く。
- ・顔は正面を向き、あごを引き、目を閉じる。

立腰がもたらす効果

- ・集中力・持続力の向上：姿勢を正すことで集中力が高まる。
- ・心身の安定：心が落ち着き、情緒が安定する。
- ・健康増進：体の筋肉のバランスが整い、健康維持につながる。
- ・人間力の育成：礼儀正しさや道徳心、自己肯定感の基礎を育む。
- ・将来への良い影響：学習意欲や成績、さらには就職活動など将来にも良い影響を与える可能性がある。



大谷翔平選手も立腰で育った!?

※出身校である花巻東高校でも立腰教育は行われているそうです!!

姿勢を正しく、心も体も健康に!

正しい立腰の姿勢



今後、学校 Web や学校だよりでの画像などの掲載で、都合が悪いことがありましたら本校教頭までお電話ください。