



並木中等story

令和3年6月24日号

辛いことあるよね

「もう、この状態、嫌だー。」と叫びたいことってありますよね。これは、中学生や高校生の時期だけではなくて、大人になってもあります。私も、今でもあります。そのような時、自分をどのようにコントロールしたらよいのでしょうか。自暴自棄になって暴れてしまう人もいます。これでは、かえって、問題を大きくし、收拾が難しくなってしまいます。

私（井坂）はどのようにしているか。心の中は穏やかでなくても、**冷静さを保つ**ことに気をつけます。感情的になると決してよい方向に向きません。感情的な時は小休止、動くことを後にします。冷静になったら、**話せる人に話してみたり、自分の思いを文章**



にまとめてみたりします。このようなことをしていると、新たな気づきが生まれます。そして、最後は開き直りです。“どうにかなる。何とかなる”と自分自身に言い聞かせ、前を向きます。この時、自分の気持ちを分かってくれる人がいると本当に心が楽になります。

一つ辛いことを克服すると、一つ以上自分自身が成長します。辛いことはどんな人にもあります。みんなで助け合いながら乗り越えましょう！

《祝！ 県南中学校陸上競技大会女子の部で 総合優勝！》

県南地区中学校陸上競技大会が開催され、本校は女子の部で総合優勝を果たしました。おめでとうございます。また、多くの選手が上位に当たる県大会出場を決めました。

《祝！NHK杯兼全国放送コンテスト県予選1位》

NHK杯兼全国放送コンテストの県予選会が開催され、本校放送同好会がアナウンス部門、朗読部門ともに1位となり、全国大会出場を決めました。
おめでとうございます。

祝《令和3年度県民総体水泳競技大会 兼国民体育大会茨城県大会水球の部で優勝》

山新スイミングアリーナで行われた、令和3年度茨城県民総合体育大会水泳競技大会兼国民体育大会茨城県大会水球の部で本校水泳部が優勝しました。
おめでとうございます。

《令和3年度 学校説明会開催！》

7月31日（土）につくば市のノバホールにおいて、学校説明会を開催予定です。午前、午後の2回に分けて実施いたします。申し込みは6月28日（月）10時から、本校のホームページで行います。なお、新型コロナウイルスの感染状況によっては中止又は延期する場合がございます。ご了承をお願いいたします。

《祝 軟式野球部 関東大会ベスト8》

宇都宮市で開催された春季関東地区高等学校軟式野球大会において、本校は白鷗大足利高校に5対2で勝利しベスト8に輝きました。おめでとうございます。
なお、2回戦は強豪日大三高に延長11回まで健闘しましたが、3対2で惜敗しました。

祝 《全国総文祭将棋部門出場決定》

令和3年夏に和歌山県で開催される全国高等学校総合文化祭将棋の部に本校の青柳さんが茨城県代表として推薦されることになりました。青柳さんは県の春季大会で優勝し、出場が決まりました。おめでとうございます。

祝 《2021関東中学校演劇コンクール銀賞受賞》

春休みに開催された第10回関東中学演劇発表会・2021関東中学校演劇コンクールにおいて本校演劇部がみごと銀賞に輝きました。おめでとうございます。

祝 《国公立90名、私大延べ349名が合格》

進路情報です。令和2年度の卒業生144名のうち、90名がの生徒が国公立大学に合格しました。私立大学は早稲田22名、慶応10名、上智9名、東京理科大43名など延べ349名が合格しました。おめでとうございます。