


校訓	友 勤 自 愛 勉 治	 <b>令和7年度</b> <b>東中だより</b> <b>第16号</b>	発行日	令和8年3月25日
教育目標	多様化の時代を生きる 心身ともにたくましい生徒の育成		発行者	伊丹市立東中学校 校長 前田 徳三

## 【修了式校長講話】

令和7年度は本日で幕を閉じます。この1年間、授業や行事を通して、みなさんは心も体も大きく成長しました。その姿を見ることができ、本当にうれしく思います。今日は、皆さんに2つの話をしたいと思います。

1つ目は、卒業式についてです。先日の3月16日、3年生239人が本校を卒業し、新たな道に進んでいきました。とても、立派な卒業式で、私自身、卒業生から多くの感動をもらいました。卒業生の姿に深く感動し、胸が熱くなりました。多くの来賓の皆さまも同じように、心を動かされたと話しておられました。

在校生の代表の送辞も、とても素晴らしく、堂々した姿勢とともに、言葉の一つ一つが心に響くものでした。3年生の答辞の時には、3年間の歩みや仲間への思いなどが伝わってきました。式歌も含めて、皆さんも感動したのではないのでしょうか。多くの3年生が涙を流していました。



皆さんは、先輩の姿をずっと見てきましたが、皆さんはどんな3年生になりたいと思っていますか。自分が卒業する時に、後輩や先生方、地域の方々に「こんなすてきな卒業生だった」と言われる自分を思い描いてみてください。その姿に近づくために、これからも前向きに行動してほしいと思います。

また、今回、通知表の所見をすべて読ませていただきました。皆さんがこの一年間努力を続けてきたこと、大きく成長したことがよく伝わってきました。来年度のさらなる飛躍を期待しています。

2つ目は、冬季オリンピックから感じたことです。皆さんは、2月に

行われたミラノ・コルティナ冬季オリンピックを見ましたか。私は多くの場面で心を揺さぶられました。特に感動したのは、フィギュアスケートペアで金メダルを獲得した宝塚市出身の三浦璃来選手と木原龍一選手の演技でした。あの瞬間、思わず涙がこぼれました。そして、神戸市出身で、銀メダルに輝いた坂本花織選手です。現役最後のオリンピックに懸けたあの凛とした姿は、圧倒的な存在感がありました。オリンピックを通して、私は純粋な感動と大きな刺激をもらいました。



人が日々、機嫌よく過ごすためには、「感動」だけでなく、「健康」「感謝」「好奇心」「心の持ち方」が大きく影響するといわれています。例えば、「早朝のウォーキングや読書など、これをするとなんか気分がいい」や「この人と話すと楽しい」など、そう感じる行動や環境を知り、習慣にしていくことが大切です。

習慣として身につけば、例えばストレスを抱えても、気持ちを立て直しやすくなり、「今日はここで終わりにしよう」「次は楽しい予定を作ろう」など心の回復が自然にできるようになります。また、自分にやさしくできる人は、周りにもやさしくなれます。

私自身も「体を整える」「心を整えるルーティンを持つ」「正直でいる」「無理をしない方法を考える」など、日々機嫌よく過ごす工夫を習慣にしています。それにより、「人は人、自分は自分」と前向きに考えられるようになりました。そして何より、正直で明るい人のまわりには、自然と人が集まってきます。

最後に、ストレスの多い時代だからこそ、上手に心を整え、来年度も皆さんが「元気に登校し、笑顔で下校」できるよう、私を含め、ここにいる先生方も皆さんとともに努力していきたいと思います。



皆さんも、後輩から憧れられるすてきな先輩として、来年度も夢や目標を胸に、勉強・部活動・学校行事に力いっぱい取り組んでください。皆さんのさらなる活躍を心から期待しています。(略)