

自学実践

# 養 精

自ら考え、進んで実践

平成27年 8月 25日(火)  
(2015年)

平成27年度 第5号

茨木市立養精中学校 学校通信

発行者 高元伊智郎

567-0888 駅前四丁目7-60

電話 622-6345 ・ 6346

FAX 623-3713

<http://www.educ.city.ibaraki.osaka.jp/yosei-j/>

## 鍛 練

校 長 高元 伊智郎

千日せんいちの稽古けいこを鍛たんとし、万日まんいちの稽古けいこを練れんとす。能々よくよく吟味ぎんみ有るべきもの也なり。

(宮本武蔵『五輪書』岩波文庫

斉藤孝著『声に出して読みたい日本語』草思社より)

斉藤さんによると、「鍛練という言葉はもともと金属を火や水を通して鍛え練り、刀剣に仕上げていくことを意味していた。武蔵はこれを具体的な練習日数の単位として鍛と練の二語に分けて意味づけなおしている。千や万という単位の設定は適当な比喻でなく技の習得にとって具体的な目安である。スポーツでも芸事でも千日(約3年)の練習を経た動きは一生の技として身につく。百回の練習では起こらない質的变化が千回の練習によっては起こるのである。万日という十年単位の稽古が積み重なると、千日の稽古で得たものより格段に質的に高い技と認識を得ることができる。」「ふつう、鍛練という言葉は、もっと短期的で非合理的な他律的練習をイメージさせるが、武蔵の鍛練の概念は、それとは対照的な合理的・自律的練習である。この言葉は、質的な変化が起こる前に反復練習を途絶えさせてしまいがちな私たちの気を引き締め、希望を支えてくれるものだ。」

さて、38日間の夏休みはいかがでしたか。すでに取り組みが始まっていますが、今学期は文化発表会・体育祭があります。部活動では新チームが発足しています。いよいよ、1年生も学校の一翼を担います。2年生では職業体験学習、3年生は進路決定の時期を迎えます。学級での様々な学習活動と毎日の生活の中で、“鍛練=合理的・自律的な反復練習”を大切にし、今学期も『自学実践』し続けましょう。

# 部活動の様子

## サッカー部

7月12日 福井高カップ 優勝

## 硬式テニス部

7月21日 大阪大会 女子シングルス ベスト8

8月7日 近畿大会 女子シングルス 1回戦突破

## 陸上部

7月25・26日 大阪中学選手権

男子共通110mハードル 第2位 14秒45

女子共通100m 第7位 12秒98

女子共通4×100m 第4位 50秒31

8月6日 近畿大会

110mハードル 第2位 14秒62

8月21日 全国大会

110mハードル 準決勝進出 14秒55

## 吹奏楽部

8月5日 北摂地区大会 金賞

## 水泳部

8月5日 三島地区大会

女子100m自由形 第3位 1分07秒29

男子200m自由形 第4位 2分28秒77

8月21日 学年別三島地区大会

1年女子200m個人メドレー 優勝 2分44秒31

2年女子100m自由形 第2位 1分06秒02

3年男子400m自由形 第3位 5分19秒42

\*大阪大会(9月5・6日 大阪プール)への出場権を獲得 **祈健闘!**

男子 100自 100平 100背

200個メ 1年R

3年R

女子 100自 100平

100背 3年R

8月23日 市民大会

中学男子50m自由形 第3位

中学女子50m自由形 第3位

中学女子50m背泳 優勝

中学女子200mメドレー 第2位

中学女子200mリレー 第2位

### バドミントン部（北陵中学校への合同部活参加）

8月22日 三島地区大会 女子シングルス 優勝

### 体操競技部（東雲中学校への合同部活参加）

8月22日 茨木・三島地区大会

1年生の部女子種目別 床 優勝 得点8.60

平均台 第2位 得点6.00

### 軟式野球部

8月23日 茨木・三島地区大会 優勝

7月14日 茨木神社夏祭り 青健協活動として約200名が参加いたしました。地域の伝統文化を学び、地域の皆さまの温かさを感じました。

ご声援ありがとうございました。



### 文化発表会・体育祭に向けて

舞台の大道具・衣装の製作、3年応援リーダーの練習、応援パネルの製作など、夏休み中も生徒たちは活動していました。



生徒並びに保護者の皆さまへ 「もう中学生だから」と過信せずに話しあいましょう

①道路では：人通りの多い道、明るい道を選びましょう。時々振り返って、不審者がいないかを確認しましょう。見知らぬ人から声をかけられたら、相手との距離をあけて対応しましょう。危険な時は、大声をあげましょう。②家に入るときは：周りに不審者がいないか、振り向いて確認しましょう。エレベータ内では、操作盤付近で同乗者に背を向けずに立ちましょう。③家では、玄関ドアのカギを必ずかけましょう。相手をきちんと確かめるまで、ドアチェーンや鍵を開けないようにしましょう。④外出する時は、誰と、どこで、いつ帰るかを伝えましょう。⑤LINE・携帯電話などに頼らないで、安全を自分たちで作りましょう。

## 8・9月行事予定

|    |   |                           |                         |
|----|---|---------------------------|-------------------------|
| 25 | 火 | 始業式、学、道                   | ランチ給食なし                 |
| 26 | 水 | 水1235 (45分授業)             | 3年のみランチ給食なし             |
| 27 | 木 | 木623451 (45分授業)           | 茨木っ子スタディー 18:30～ 矢野氏講演会 |
| 28 | 金 | 金123456 (45分授業)           | 放課後学習会 PTA実行委員会         |
| 29 | 土 |                           |                         |
| 30 | 日 |                           |                         |
| 31 | 月 | 月123456 (45分授業)           |                         |
| 1  | 火 | 火623451                   | SC相談日・SSW来校             |
| 2  | 水 |                           | 放課後学習会                  |
| 3  | 木 | 木623451                   | 茨木っ子スタディー               |
| 4  | 金 | 大阪880万人訓練                 | 放課後学習会                  |
| 5  | 土 |                           |                         |
| 6  | 日 |                           |                         |
| 7  | 月 | 金1234月56                  |                         |
| 8  | 火 | 火623451                   | SC相談日・SSW来校             |
| 9  | 水 |                           | 放課後学習会                  |
| 10 | 木 | 文化発表会前日準備                 | 部活停止                    |
| 11 | 金 | 文化発表会                     |                         |
| 12 | 土 | 中条地区敬老会 (福祉文化会館 伝承太鼓部出演)  |                         |
| 13 | 日 |                           |                         |
| 14 | 月 | 結団式 パネル作業開始               |                         |
| 15 | 火 | 火623451                   | SC相談日・SSW来校             |
| 16 | 水 | 集会                        | 放課後学習会                  |
| 17 | 木 |                           | 茨木っ子スタディー               |
| 18 | 金 | 学年予行                      |                         |
| 19 | 土 |                           |                         |
| 20 | 日 |                           |                         |
| 21 | 月 | 茨木地区敬老会 (茨木小学校体育館 吹奏楽部出演) |                         |
| 22 | 火 | 国民の休日                     |                         |
| 23 | 水 | 秋分の日                      |                         |
| 24 | 木 | 学年予行                      |                         |
| 25 | 金 | 3年のみ学年予行                  | PTA実行委員会                |
| 26 | 土 |                           |                         |
| 27 | 日 |                           |                         |
| 28 | 月 |                           |                         |
| 29 | 火 | 全体予行 (雨天:木2～5・準備)         | SC相談日・SSW来校             |
| 30 | 水 | 木2345、前日準備                | 部活停止                    |

10月予定 1日: 体育祭、6日: 3年実力テスト、11日: 地区運動会  
 15・16日: 中間考査、20日: 進路説明会、26日: 生徒会選挙立会演説会、  
 29・30日: 2年生職業体験学習、30日: 1年生校外学習