



星美学園  
小学校  
第520号

主の  
御降誕の月

聖書

天使は羊飼いに言った。  
「恐れることはない。全ての人々のための大きな喜びの知らせを、あなたたちに告げよう。今日、ダビデの町で、あなたたちのために救いの主がお生まれになった。すなわち、主キリストである。」  
ルカ 二章 十〜十一節

## 運動で脳を鍛える

体育科 濱野 和弘

「運動する子は頭が良くなる」とは、近年言われていることです。自分が体育の教員で頭が良い……という訳ではないのですが、夏の研修会に参加した際に、運動すると新生ニューロン（神経細胞）がより多く作られることが科学的に証明されることや、新生ニューロンは学習することで、シナプス（神経活動に関わる接合部位とその構造）形成されることを学んできました。また、教育学博士の深代千之氏は以下のように述べています。

『人は地球上の他の動物に比べ、大きな脳を持つ。随意運動や記憶、学習などを司る大脳の新皮質は、哺乳類の中でも特に発達している。随意運動の指令を脳から身体の各部に伝え、様々な動作のパターンを記憶することは、脳と身体を連携させた学習である。利き手が非利き手より巧みなのは「学習効果」である、ということを考えれば理解できよう。自らの身体を巧みに自由自在に動かせるよう練習することは、脳を鍛えているともいえるのだ。運動能力は、運動「脳力」と書き換えることもできよう。

日本史上、最も大きな変革であった明治維新を成し遂げた、坂本竜馬をはじめとする幕末の志士たちは一流の剣客でもあった。田舎の藩校などを土台に江戸へ

出てきた若い侍たちは、塾で学問を学び、道場で剣を学んだ。彼らは、知識や思想を吸収するとともに、剣を通して肉体と精神を鍛えていた。現代のように知育偏重になったのは受験による功罪なので、二十一世紀こそ温故知新、文武両道を主張すべきである。』

本校では、始業前に体育館や運動場で先生と共に遊ぶ時間が設けられています。朝早くから遊んでいる子ども達は、心も健康になっていくと思いますし、なにより、一生懸命遊ぶ子ども達は、顔が生き生きしています。他校との交流試合がある運動クラブは、朝練習などを通して、自分のスキルアップを目指し、練習後は気持ちの良い汗をかいて、チャレンジタイムへと向かって行きます。三学期には、マラソンの練習をするコースも学園内に作られます。以前、奉職してくださった谷口指導主事先生は、「マラソンは 冬の星美の 風物詩」というような句も詠んでくださいました。これから益々寒くなる中、つい室内で過ごす子どもも多くなります。運動することは身体を鍛えるばかりではなく、脳も鍛えていくことだと子ども達に伝え、寒い時こそ進んで運動する逞しい子どもになってほしいと願います。そして、「早寝早起き朝御飯」を励行し、朝からたくさん身体を動かし、始業してから真剣に学習に取り組む文武両道の星美の子を育てていきたいと思えます。今後ともご協力をよろしくお願ひ致します。

## 「チマツチ神父の生涯」

日本の地で聖ドン・ボスコの心を生きた人々



一九三五年、チマツチ神父は宮崎の宣教地区の地区長に選ばれた。地位の証である「赤い服」を着て、荘厳なミサでは司教のように、ミトラ（帽子）とパクルス（杖）を使用することができた。しかし、チマツチ神父は、称号や名誉に関心はなく、目立つことを心から嫌っていた。

ある時、イタリアの友人から教会司牧者用の「赤い服」が送られてきた。チマツチ神父は、その服を見ると、「私は貧しい人を助けたいので、この服を売ったお金を送ってください」と手紙を添えて送り返したのであった。イタリアの友人たちは、チマツチ神父の意志を尊重し、そのようにしてくれた。

チマツチ神父は、見栄を張ることなく働き続け、皆に生活のよい手本を見せることが、人を導く者として一番の関心事であった。チマツチ神父は、管区長であり、宮崎の宣教地区の長という地位を受け持っていたが、彼の服は新しくなることなく、いつもつぎはぎだらけであった。彼のもっていた衣類はとても少なく、新しいものを差し出しても、決して受け取らなかった。清貧を愛し、それを誇りに思って生きていた。しかし、その生き方を他人に押し付けることは全くなく、かえって誰にも寛大に助けていたのであった。

# 私立小学校体育発表会

「日ごろの心がけ」

バスケットボールクラブ 六年

十一月二十三日に行った私学体育発表会の試合で、私が頑張ったことは、自分の得意なところを役立て、友達の得意なところも役立てる試合をしたことです。私は、シュート率がみんなより低く、ディフェンスとリバウンドならみんなよりも優れていると思っていました。なので、作戦を立てている時も、自分がどの位置にいたら、リバウンドやディフェンスができるだろうかと考え、自分の中で作戦を立てて試合に挑みました。シュート率が高い子が同じ試合に出ている時は、その子を中心にして位置を決め、チームプレーを大切に、チームの仲間を信じて試合を行い、私にはできなくても、チームだからこそできることを心がけて試合を行いました。

そして、私がこの試合に向けて日頃から頑張ったことは、挨拶です。クラブ活動や朝練の時、始めと終わりの挨拶は当たり前のこと、体育館に入る時と、出る時はどんな時も、人一倍大きな声で、相手に聞こえるよう挨拶をするように心掛けました。

次に頑張ったことは、仲間との関わりです。バスケットボールは、五人で協力して行うチームプレーです。なので、一人でも欠けてしまうとチームとして成り立たないので、いつも学年を越えて、仲間と関わりを持ち過ぎました。今でも普通に、「おはよう」とか、仲間同士でのアドバイスをしています。声を掛け合うだけでもコミュニケーションをとることができるので、小さな声かけでも気を遣っています。バスケットボールのことでなくて、勉強とか、学校生活で面白かったこと、悩みなど、たくさん話題で仲間と関わっています。他にも頑張ったことはたくさんあるけれど、特に頑張ったことは、試合の時だけではなく、これからは日常生活の中で行えることがあったら、これからは実行したいと思います。そして、今、実行できることだけをおこなうのではなく、自分にできること、できそうなことをいつも探して、実行していきたいです。

二十三日の試合では、早稲田には勝ちましたが、慶應に負けてしまいました。これから先、残された時間で少しでも上達できるように、友達と協力しながら頑張りたいと思います。残されたわずかな時間を上手に使えるように、楽しみながらも、共に頑張ってきた仲間を大切にして過ごせたらいいと思います。これからも、関わりを大切に、感謝の心をもって過ごしていけたらと思います。何事にもチャレンジしながら、楽しく、最高の六年生を過ごしていけるよう努力していきます。

今回の試合で、何よりも協力することを学びました。一人ではできなくても、五人で行うと、大きな力になりました。これからも、この試合を通して学んだことを生かし、頑張っていきたいです。

## 12月行事予定

- 3日(土) 第2土曜日振替休日  
星美中学入試
- 6日(火) 5年生 雪の学校説明会  
6年生 学級懇談会
- 8日(木) 無原罪の聖母祝日
- 9日(金) 給食終了
- 10日(土) せいびのクリスマス(年中児対象)  
平成29年度生3次入学試験
- 11日(日) 平成29年度生3次入学試験  
発表・手続
- 12日(月)～15日(木)  
個人面談(1年生～5年生)
- 14日(水) 3校時後下校  
信者練成会(参加児童昼食持参)
- 17日(土) クリスマス会リハーサル
- 20日(火) 2学期終業式  
クリスマス会
- 23日(金) 天皇誕生日  
辛島美登里さんコンサート  
聖歌隊出場
- 25日(日) クリスマス
- 26日(月) TBS子ども音楽コンクール  
(東日本大会) 聖歌隊出場



## 個人面談・校内作品展

児童は、3校時授業の後、昼食を食べ、その後は専科の教員の指導でクリスマス会の練習を行います。(14日(水)を除く)なお、6年生は個人面談が終わっているため、練習後、6校時授業をして下校になります。詳細は学級通信でご確認ください。また、個人面談期間中、1年生から5年生は読書感想画作品展・6年生は版画による自画像作品展が行なわれています。各教室の廊下に展示しますので、ぜひご鑑賞ください。本の書名は、以下の通りです。

### 1年生

- 1A 『ワニぼうのやまのぼり』
- 1B 『ライオンをかくすには』
- 1C 『ゆきだるまのくに』

### 3年生

- 3A 『月きゅうでん』
- 3B 『ドングリ・ドングラ』
- 3C 『かっぱのかっぱいと おおきなきゅうり』

### 5年生

- 5A 『走れメロス』
- 5B 『ウエズレーの国』
- 5C 『ルピナスさん』
- 5D 『ルーザ・メイとソローさんのフルーツ』

### 2年生

- 2A 『きょうりゅうくんと さんぼ』
- 2B 『3びきのかわいいオオカミ』
- 2C 『いもほりやま』

### 4年生

- 4A 『ほしになつたりゅうのきば』
- 4B 『花さき山』
- 4C 『泣いた赤おに』

### 6年生

- 6A 『版画による自画像』
- 6B 『版画による自画像』
- 6C 『版画による自画像』

## 無原罪の聖母の祝日(朝会時)

パワーポイントを使って、無原罪の聖母の祝日の意味を説明し、徳の花と百合の生花を捧げ、聖母を讃え、お祝いします。

## せいびのクリスマス

年中園児を招待し、1年生と一緒に歌ったり、聖歌隊や金管バンドの演奏で楽しい一時を過ごします。お知り合いの方で年中園児の方がいらっしゃいましたら、お声がけください。

## クリスマス会

終業式終了後、クリスマス会を行いません。皆さんでイエス様のご降誕を喜びお祝いし、世界の平和のためにお祈り致しましょう。