

令和7年度  
箕輪町立箕輪中学校  
学校だより【11月号】  
令和7年11月20日

# 真善美



## 一人ひとりが、自分の目標に向かって走りきった強歩大会

10月29日（水）に、本年度の強歩大会が行われました。今回で31回を数える本校の伝統行事です。8km、9.6km、12km、15kmの4コースが設定され、自分の体力などを考えながら、各自が参加するコースを選んで取り組みました。3年生は「最後の強歩大会だから完走したい」という思いで参加し、中には「最後の強歩大会だから15kmに挑戦しようと思いました」という生徒もいました。強歩大会に参加できなかった生徒も、補助員として支えてくれました。沿道で応援してくださった保護者の皆様、また、給水所などで補助にあたってくださったPTA父親母親部の皆様、そして、お力添えをいただいたすべての皆様、ありがとうございました。



肌寒い中、私の強歩大会が始まりました。箕輪中は「自立」という言葉を掲げて、8キロ、9.6キロ、12キロ、15キロの中から、自分で走る距離を選択する強歩大会です。走れるか不安もあったので、短い距離にしようと想っていましたが、陸上部ということもあり、一番長い15キロに挑戦することにしました。

初めての道を走ることは楽しみでしたが、今まで10キロくらいしか走ったことがないので、本当に15キロ走れるのか心配でした。緊張している中スタートしました。私は1時間22分を目標にしていたので、上りから一生懸命走り、下りは友達や先輩とお互いに声をかけ合ったり、先生やお家の人が応援してくれたりしたので、元気をもらって走りました。夢中で走っていたので15キロがあつという間でした。目標タイムを切れたので、すごく嬉しかったです。不安から始まった競歩大会でしたが、15キロを走り切れた事が自信や自慢になりました。挑戦してよかったです。

（1学年生徒）

私は人生で初めて15キロを走りました。去年は様子見で12キロを走りましたが、余裕で走れたので、今年は15キロに挑戦しました。陸上部2年女子の速い人たちに、行きはついていきました。最初は結構前を走っていましたが、登坂の所で一度ダウンをしました。体をリセットしなきゃと思って、水分補給をして折り返し地点まで全力を出していましたが、ペースは遅かったです。ですが、折り返し地点に来たら「もう帰るんだ」と思い、力がまた湧いてきて帰りはどんどん走りました。しばらくすると置いていかれた速い人たちに追いついてゴールまで、そのペースを保ち続けることができました。陸上部の2年女子で早くゴールできて本当に嬉しかったです。だけど、こうしてゴールできたのは、行きで私達を引っ張ってくれた速い2年女子2人のおかげです。2人がいなかつたら、どこかで挫けて走れなかつたと思います。この経験をこれから的生活に活かして、来年も頑張ります。

（2学年生徒）

全校の皆さん、先日の強歩大会お疲れ様でした！皆さんには、自分と向き合って走り切ることができましたか？私は中学校生活最後の強歩大会なので思い切って9. 6kmに挑戦しました。今まで8kmを走っていたので、9. 6kmは未知の世界で、走りきれるかとても不安でした。実際走ってみると結構大変だったけど、最後まで走り切ることができたので、とても嬉しかったです。

強歩大会を走ってみての感想は、8kmの折り返し地点を越えてからは、いつもと違う景色が見られて、走ることがとても楽しく感じることができました。走っているときに辛いこともあったけど、保護者の方や地域の方、先生方がたくさん応援してくれて、とても元気づけられたなと思いました。ゴールまで走り切ったら、とっても達成感があって、9. 6kmに挑戦してよかったです。（3学年生徒）

## 人の上に立つより、人の役に立つ

10月28日（火）に、本年度のPTA講演会が行われました。株式会社「耕せにっぽん」代表取締役 北海道・石垣島校校長の東野昭彦様をお迎えし、「人生の考え方～人の上に立つより人の役に立つ～」と題して講演していただきました。「勉強は人と競うためにするのではなく、人の役に立つためにするものである」「『憂える』気持ちに、人が寄り添うから『優』というのであり、そのことに秀でているから『優秀』であり、誰よりも勝るから『優勝』である』など、心に残るお言葉をたくさんいただきました。



### 「過去や今は、みらいに」 2学年生徒

「娘の友達の男の子は、川に飛び込んで自殺しました」その時の東野さんの声は、つらそうな、そんな声に感じました。僕はこの話を聞いたとき、学業不振というのは、ここまで人を苦しめてしまうものなんだ、強く感じました。僕自身も勉強の面で、周りの評価を気にしてしまい、無気力になってしまった時期がありました。そのときは、勉強に対しての気持ちが向きにくく、何もできない自分を責めてばかりでした。きっと、その男の子も希望する進路に行けなかった自分を責めてしまった人だと思います。東野さんはポジティブに、人が喜ぶことを考えて生きてみるといいと言ってくれました。そして「誰かのために」と、人を想うことが、原動力になることを僕に教えてくれました。友達が喜んでいる姿を見ると、僕も嬉しいし、一緒に笑えて楽しいと感じます。そんな人を喜ばす大切さを、僕は東野さんから学びました。東野さんの講演会のあとに、僕は自身の夢について振り返りました。僕の夢は教師になることです。なろうと思った理由は、小学生のときの先生と『ビリギャル』という本に登場する坪田先生の存在です。それがあり、教師になろうと思いました。でも、思っただけではダメだと、講演会を通して感じ、捨てる覚悟も必要だと思いました。今回の講演会は、自分自身と向き合える時間でした。人を喜ばせること、幸せにすること、その想いを大切にして、過ごしていきたいと思います。