



## 脚下照顧（きゃっかしょうこ）

校長 小松 進一

本校では緊急事態宣言が発出中ではありますが、予定通り 8 月 30 日より 2 学期を開始しました。東京都のみならず全国的に感染力の強いコロナウイルスが蔓延し、10 代の感染者も増加しておりますが、従来の感染症対策を徹底することに加えて、感染リスクの回避のために水泳指導の中止や給食時の黙食の更なる徹底、部活動の制限等を図り学校運営を継続していきます。また、学校においてクラスターを発生させないためにも毎日の健康観察（同居家族も含めて体調不良等の症状が見られる場合は家庭で休養）の徹底をお願いいたします。

### — 東原中学校の食育 —

本校の給食室前の掲示板には、食育に関する掲示物があります。学校栄養士が中心となりわかりやすくきれいに掲示され足を止めて読んでいる生徒もよく見かけます。今週の内容は、『秋の味覚を紹介』。例えば「柿」は、『柿が赤くなると医者が青くなる』と言われるほど、栄養満点の果物です。大きく甘柿と渋柿の 2 つに分かれます。渋柿を干したものが干し柿です。』など。旬の食べ物を説明してくれています。（ちなみに、校内には柿の木があり、昨年はたくさんの実がなっていましたが驚くほどの渋柿でした…干し柿にすればよかったのか…）また、『給食で登場した秋が旬の食材を使ったレシピ』も人気です。

「さんまご飯」「さつまいもパイ」「果肉入りりんごゼリー」「洋梨のヨーグルトケーキ」などのレシピプリントが、もうすでに残り少なくなっています。

おいしい食べ物がたくさん出回る秋は「食欲の秋」と言われます。食べ物が手に入りにくくなる冬を前にたくさん栄養をとって体の中にエネルギーを蓄えようとする生き物の本能が、私たち人間の食欲にも関係していると言われています。生徒の皆さんや保護者の皆様も旬のおいしいものをバランスよく食べ

しっかりと体力をつけて健康（コロナウイルスに負けない）な日々を送ってほしいと思います。

### — 脚下照顧（きゃっかしょうこ） —

私事になりますが、先月 28 日に母の十三回忌の法要がありました。このような状況下なので、妻と二人だけで出席しました。最後に 15 分ほどご住職から「脚下照顧」と「耳順（じじゅん）」についての説法がありました。

お寺の玄関や手洗いなどで「脚下照顧」などの文字を見かけたことがあると思いますが、これは、禅の「脚下を照顧せよ」という言葉で、「自分の行いをよく見なさい」又は「自分を見失ってはいけない」という意味があり、「自分の足もとをよく見なさい」転じて「履物を揃えて脱ぎなさい」と教えています。例えばトイレのスリッパを後から入る人のことを思いやり向こう向きに揃えて出るのか、何も考えず出してしまうのか…。「履物だけでなく、自分の行動が他人を思いやるものなのか（だったのか）、よく見つめなさい」というお話でした。改めて自分を見つめるきっかけとなりました。

また、「耳順」についてですが、これは 60 歳のことを意味し、論語（孔子）の「六十にして耳（みみ）順（したが）う」から 60 歳になると他人の意見に反発せず、素直に耳を傾けられる様になるという意味でもあります。ご住職は、私が 60 歳であることを知っていてこのお話をしているのか分かりませんが、「60 歳になったならば、若い人の話（意見）もしっかりと聞きなさい」というお話でした。

現在、予測困難な時代であると言われていています。経験値だけでは課題解決を図ることができません。多様な考え方を吸収する力や取捨選択する力が求められており、今後の教育活動を進める上でも大変重要であると考えています。



## 教育活動の紹介

### 『夏季パワーアップ教室』7/21(水)～7/30(金)



夏季休業日初日から5日間、『夏季パワーアップ教室』を実施しました。“自分の夢を実現するために必要な学力を高める”ことを目標に、例年は教育委員会からの講師派遣により講座を開設していましたが、今年度は感染拡大防止のために各校で対応することとなりました。東原中では、学校支援本部のご協力のもと、本部スタッフや、生徒たちの大先輩である同窓会の皆様等、学習ボランティアの方々から、自習の見守りという形でご支援をいただきました。ありがとうございました！

### 『2学期始業式』8/30(月)



緊急事態宣言が明けないまま、夏休みが明けました。

『2学期始業式』は、杉並区の学校感染症ガイドラインに基づき、3年生のみ体育館に集合、1年生は多目的室、2年生は各教室でリモートによる参加とし、感染防止のために「3密」を避けての実施としました。

### 「オンライン授業」の試行を開始しました！

新型コロナウイルスの感染状況により、本校で万一、学級、学年若しくは学校が閉鎖された場合でも、生徒たちの学びを止めないよう、各家庭によるオンライン授業の試行を始めました。1年生：9/8(水)5校時、2年生：9/16(木)6校時、

### 齋藤菜美主任教諭が妊娠出産休暇に入り 代替教員として下澤雄介教諭が着任しました

7/22 付で齋藤 菜美主任教諭が妊娠出産休暇に入り(8/19に女児出産)、産育代替教員として、下澤 雄介教諭が着任しました。齋藤主任教諭が担当していた授業や各種職務等を、下澤教諭が引き継ぐこととなります。よろしくお願いいたします。



### 『聞かせ屋本舗』7/28(水)【阿佐谷図書館】

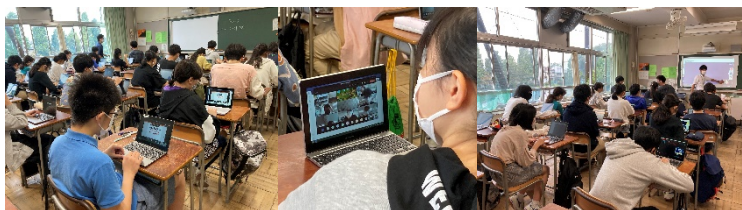
本たよりの令和3年1月号でも紹介しました『聞かせ屋本舗』。例年、阿佐谷図書館において地域の小さな子どもたちを対象にした「おはなし会」を実施しています。今回7月の会は、3年生3名が参加しました。3種類の絵本を丁寧に分かりやすく、読み聞かせてくれました。

次回は今年の年末、冬季休業日を予定しています。



3年生9/10(金)6校時と、学年別に日時を設定しました。

緊急事態宣言がさらに延長され、ますます感染防止対策の徹底に努めなければなりません。教職員も生徒も共に、いざというときの備えを進めていきます。



オンライン授業実施に向け、教室で行ったプレ授業の様子

### 《今後の主な予定》

【9月】

- 6日(月) 都学力調査始→都のWEBシステム不具合のため、9月中は一時中止となりました。
- 10日(金) 職場訪問(2年)→新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から5日間の「体験」は困難と判断し1日のみの「訪問」に変更しました。
- 12日(日)～14(火) 修学旅行(3年)→延期
- 18日(土) 土曜授業、スピーキングテスト(3年)
- 21日(火) 学校運営協議会(CS)
- 22日(水) 専門委員会・学校委員会(前期最終)
- 24日(金) 生徒会役員選挙
- 27日(月) 朝礼

- 29日(水) 校内研修会(研究授業対象学級は5校時まで授業、当該学級以外は給食後下校)

【10月】

- 1日(金) 専門委員会・学校委員会(後期最初)
- 4日(月) 避難訓練
- 6日(水)～7日(木) 中間考査
- 8日(金) 学力テスト(3年)、進路説明会(3年)
- 9日(土) 土曜授業
- 11日(月) 生徒朝会、教育実習始  
専門委員会・学校委員会
- 12日(火) 自転車安全利用講習会(スタントマン、スクアード・ストレイト方式による体験型交通安全教室)
- 14日(木) 生徒総会、合唱祭・合唱練習始