

夢を目標に

青森市立筒井中学校
学校だより **第6号**
平成30年 8月31日
男子268名 女子250名
計518名
〒030-0945
青森市桜川八丁目15-1
文責：校長 岩田 靖

吹奏楽部定期演奏会 大盛況

8月11日(土)第33回 定期演奏会がリンクステーション青森を会場に開催されました。全日本吹奏楽コンクール 青森県大会で6年連続金賞を獲得している本校ですが、今年は残念ながら東北大会出場を僅差で逃してしまいました。しかし、当日の演奏会には昨年以上に多くのお客様に入場していただき、大きな拍手をいただきました。恒例の本校吹奏楽部出身の対馬孝之さん(高校野球中継などでご高名な元 ABA アナウンサー、現営業部だそうです)による甲子園での八戸学院光星高校の戦況(ちょうど試合の真っ最中でした)を交えた軽妙な司会に加え、小湊中に転勤された青山綾奈先生の出演など、終始和やかな雰囲気で行われました。

青山先生



筒井小、筒井南小学校、OB、OG、そして保護者の皆様のご協力で行われていることに深く感謝します！
ありがとうございました



未来ミーティング

2018いじめのない未来づくり

子どもサミット

夏休み中の8月18日、本校生徒を代表し3年小山廣海君、2年小林凜桜さんの両名がいじめの無い学校や社会をめざして、小中学生と意見交換を行いました。



次の主役は君達だ

第69回 青森市中体連秋季大会が9月15日(土)～17日(月)にかけて開催されます。先輩たちの活躍や悔しさが記憶に残る中で自分たちの戦いが始まります。「無形の力」をフルに発揮し、競技を勝ち抜いて県大会をめざしてほしいと思います。後日、各部活動ごとの集合時間や引率計画、一般応援計画が各部や学校から出されます。バス代が高騰しており、部によっては選手の移動を保護者の皆様に頼らざるを得ない状況です。ご協力をお願いいたします。

	9月15日(土)	9月16日(日)	9月17日(月)	備 考(会場等)
野 球	市営球場 第1試合 9:00 対 南中 第3試合 13:00 対 東中	浪岡高校 12:30 第3試合 対浪打 or 新城	準決勝・決勝 市営球場 8:30 第1試合	市営球場 浪岡高校
バレーボール 男子	Aコート 第4試合 対 三内	Aコート 第1試合 対 沖館 勝利後 第5試合	準決勝・決勝 県大会代表決定戦	カクヒログループスタジアム (旧 青森市民体育館)
女子	Aコート 第3試合 対 三内	Bコート 第3試合 対横内 or 南 勝利後 第5試合		
ソフトボール 三内、古川、 浦町と合同	A 第1試合 対 造道 10:30 勝てば準決勝へ	準決勝 A 第1試合 対 西 10:30 決勝 準決勝終了 40分後	/	サンドーム
剣 道	男子団体 Cブロック 対 西 新城 女子団体 Aブロック 対 三内 東 南 個人戦 1回戦	午前:個人戦 決勝まで 午後: 男女団体 決勝トーナメント	/	造道中学校
卓 球	女子団体 予選リーグ Cブロック 対 新城 浪岡 男子個人決勝まで	男子団体 予選リーグ Dブロック 対 西 佃 沖館 浪打 女子個人決勝まで	/	青森大学正徳館
サッカー	新総合運動公園 多目的広場 11:10～ 対 沖館	新総合運動公園 多目的広場 9:30～ 対 浪打 or 新城 勝利後 準決勝 球技場 12:50	新総合運動公園 球技場 第3代表決定戦 9:30～ 決勝 11:10	新総合運動公園球技場 多目的広場 (マエダアリーナ 奥)
ソフトテニス	個人戦 全日程 1年団体準々決勝まで 1年男子団体 対 新城 or 東 1年女子団体 対沖館 勝利後に もう1試合	1年団体準決勝以降 2年団体 全日程 2年男子団体 1回戦 対 南 決勝まで連戦 2年女子団体 1回戦 対 浦町 決勝まで連戦	/	青森市スポーツ広場 テニスコート
バドミントン	男子団体 2回戦 対 甲田中 女子団体 1回戦 対 西中 勝利後 対油川中	15日に個人戦 ベスト16まで決定 個人戦決勝まで	/	浪岡体育館 浪岡中学校
バスケット ボール	男子 メインコート B 11:40～ 対 三内 女子 サブコート 10:20～ 対 東	男子 メインコート B 11:40 対 東 or 沖館 勝利後第6試合 15:40 女子 メインコート A 10:20 対 甲田 or 戸山 勝利後 A 第5試合 14:20	決勝 女子 9:30 男子 10:50	マエダアリーナ メインコート サブコート
陸 上	競技開始 9:30～	予選 決勝 9:00～	/	県運動公園陸上競技場
水 泳	競技開始 10:45～	/	/	青森市民プール
体 操	公式練習	9:30～公式練習 演技	/	青森山田高等学校第2体育館
新体操	10:00公式練習 演技	体操競技応援	/	//



夏休みに賞状を獲得した大会です。その他の部も頑張りました。

全日本吹奏楽コンクール第60回 青森県大会 金賞（6年連続） ※ 東北大会出場ならず

平成30年度 東北中学校体育大会 第50回東北中学校水泳競技大会

- 男子総合 第6位 24点
- 男子100m 背泳ぎ 第4位 1分03秒91 木村竜太
- 男子100m 自由形 第5位 56秒15 東谷亮汰
- 男子200m 背泳ぎ 第6位 2分19秒53 木村竜太
- 男子4×100m フリーリレー 第5位 (東谷亮汰 木村竜太 高谷悠人 佐藤飛元)
- 男子4×100mメドレーリレー 第7位 (木村竜太 佐藤飛元 高谷悠人 東谷亮汰)

平成30年度 東北中学校体育大会 第39回東北中学校陸上競技大会

- 女子中学共通 200m 第2位 25秒52 平木 陽

第45回 青森県中学生学年別水泳競技 大会

- 男子総合 第3位 2学年男子総合 準優勝
- 男子2年 100m背泳ぎ 第1位 1分04秒67 木村竜太
- 男子2年 100m平泳ぎ 第2位 1分12秒62 木村竜太
- 男子2年 400m自由形 第3位 5分02秒81 鈴木琉吾
- 女子2年 100mバタフライ 第3位 1分16秒73 徳差光姫
- 男子3年 100m背泳ぎ 第4位 1分22秒86 上川哲紀
- 男子2年 100m背泳ぎ 第4位 1分13秒82 佐藤飛元
- 男子全学年400mリレー 第2位 (上川哲紀 鈴木琉吾 佐藤飛元 木村竜太)
- 男子全学年400mメドレーリレー 第2位 (佐藤飛元 鈴木琉吾 木村竜太 上川哲紀)

第9回 東青陸上競技選手権

- 男子中学2年100m 第1位 12秒07 澤谷 耀 第5位 12秒32 久米田 航暉
- 男子中学2年200m 第1位 24秒63 澤谷 耀 第5位 25秒62 舟山 龍之介
- 男子中学400m 第2位 58秒68 舟山 龍之介
- 男子中学800m 第5位 2分29秒06 青木 大夢
- 男子中学走高跳 第3位 1m30 山田 蒼士 第6位 1m20 豊川 晃大
- 男子中学走幅跳 第2位 5m72 桑田 脩叶
- 女子中学1年100m 第3位 14秒12 鈴木 凜 第6位 14秒32 渡部 宏美
- 女子中学2年200m 第5位 29秒10 渡部 宏美
- 女子中学800m 第7位 2分46秒71 佐藤園和

ジュニアオリンピック陸上競技大会県予選会

- 男子100m 第3位 12秒26 澤谷 耀 女子100m 第1位 13秒01 平木 陽
- 女子1500m 第4位 5分09秒14 三上 雛 男子円盤投 第4位 24m08 小山 陽冬

第51回 東青中学校 夏季 ソフトテニス 大会 男子個人 第5位 横山夏斗・田名邊瀬楠

第15回 青森市中学生女子ソフトボール研修大会 第3位 (三内、古川、浦町、筒井) 合同チーム

第43回 青森市民バドミントン大会 中学校男子学校対抗戦 第3位

第53回 青森市内中学校新人水泳大会

- 男子総合 第3位
- 男子100m背泳ぎ 第1位 1分01秒39 木村竜太 大会新
- 男子200m背泳ぎ 第1位 2分11秒46 木村竜太 大会新
- 男子100m背泳ぎ 第2位 1分08秒75 佐藤飛元
- 男子200m背泳ぎ 第2位 2分29秒80 佐藤飛元
- 男子100m平泳ぎ 第2位 1分18秒01 鈴木琉吾
- 男子200m個人メドレー 第3位 2分35秒87 鈴木琉吾
- 女子100m背泳ぎ 第3位 1分19秒22 徳差光姫

木村竜太君
最優秀賞 受賞

青森市中学校英語弁論大会出場 山田知弥(3年) 菊池直樹(3年) 三上 雛(2年) 竹内つぐみ(1年)

第41回 全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会水球競技出場 野呂奏歌 佐藤琉生

平成30年度 バスケットボール女子 U16日本代表チーム エントリーキャンプ

(女子U16日本代表候補選考合宿) 参加 安田朋生

福井国体〔青森県国体選手〕 事前合宿参加 東谷亮汰

2学期に向けて（2学期始業式、生徒代表スピーチから）

1学期の終業式では各学年を代表して、1年坂牛遙風さん、2年伊藤 駿君、3年中村颯汰君が1学期の反省をテーマにそれぞれスピーチを行い、37日間の長い夏休みに入りました。この間、部活動はもちろん自分たちが主役の初めての大会や高校体験入学、学習会などが行われ、それぞれが新たな決意を持ち、2学期の始業式に臨みました。節目、節目で新たに持った志を大事にしてほしいものです。

僕は2学期がんばりたいことは3つあります。

1つめは学級での生活で副会長としての自覚を持ち、自分に与えられた仕事だけでなく、周りの人にも気を配って生活するということです。学級の副会長としての意識を常にもって生活していきたいです。

2つめは学習面についてです。僕は期末テストなどが近づいてから勉強してしまいます。ですから、あわてず余裕を持って学習をし、テストへと臨みたいと思います。そのためにはその日の授業で学んだことを、その日の内に復習することが必要だと思います。このように、日々の学習に工夫をし、本番のテストで自分の目標とする点数を取れるように努力したいです。

3つめは部活についてのことです。僕は卓球部に所属していて実力もまだまだです。そこで、人一倍練習を重ね、色々な技術を身につけていきたいです。そして9月の秋季大会やその他の大会でもいい結果を残せるよう頑張りたいです。

この3つのことを2学期の目標として、充実した学校生活を送りたいと思います。（1年 穂元西宮）

2学期に向けてがんばりたいことは学習と部活動の両立です。夏休みは実力テストや学習状況調査対策にしっかり取り組めたのは良かったのですが、宿題が終わったのは締め切りギリギリになってしまいました。2学期は苦手な内容の克服に力を入れることは勿論ですが、計画的に家庭学習に取り組んでいきたいと思います。また、授業にも集中して取り組んでいきたいと思います。

次に部活動です。夏休み中に行われたインダカップでは初戦で、東青大会では準々決勝で佃中学校とあたり、惜しくも敗れてしまいました。この教訓を生かし、これからは、一日一日を大切に集中して練習に取り組みたいです。また、自分たち2年生が部活動の中心であるという自覚を持ち、新人戦で良い結果を残せるようがんばりたいです。

2学期は学校最大の行事である筒中祭と合唱コンクールがあります。僕は前期学級会長として、学級をまとめながら合唱コンクールに取り組んでいきたいと考えています。また、1学期の2組は授業態度が良く、MVCを連続で獲得しましたが、最後に他の学級にトロフィーをもっていかれてしまいました。初心を思い出し、学習態度も自慢できるような学級にしていきたいです

1学期の2学年は、2分前着席に力を入れて取り組んだことで、学年全体の意識が向上し、2分前着席が定着してきました。2学期も2分前着席に力を入れながら、忘れ物ゼロや私語ゼロにも取り組み、実力を発揮できる学年にしていきたいです。2学年の学年スローガンは「想～one for all all for one」です。一人一人が思いやりを持ち絆を深められる学年にしていきたいです。（2年 棟方祐丞）

1学期中は私は苦手教科を少しでも克服するため、今まで以上に授業を真剣に受けるようにしました。先生方の話をしっかりと聞きノートも後で見直せるよう意識してとっていました。すると、今までなかなか理解できなかった分野の問題も少しずつ解けるようになり成績が伸びていきました。1つ1つの授業を大事にするという当たり前のことがどれだけ大切かを私に教えてくれた出来事でした。

夏休み中はそのことを踏まえ、まずは自分で立てた計画を確実にこなすことを目標に学習に取り組みました。特に時間を設定し勉強を進めることで、集中力を維持したまま効率よく学習に取り組みました。ここまで勉強に集中できたのは7月24日に行われた体験入学のおかげでもあります。バレーボール部が県3位の實力があるということは知っていましたが校風や行事などに加え、先輩方の雰囲気なども見られるのでとても楽しみにしていました。そこで、印象に残ったのは「文武両道」というモットーでした。進学を意識して勉強しながら、部活動にも熱心に取り組んでいるという学校の方針が心に強く響きました。

気になっていたバレーボール部の見学に行くこともレベルが高くハードな練習を行っていて、厳しそうだなと思いました。しかし、部員の先輩達は全員で声を掛け合ってミスのカバーし合っていて練習を真剣ですが明るく行っていました。ここに入学してバレーをしたいという思いはますます強くなりました。そのため夏休みの間、勉強や用事が無い時、私は積極的に体を動かすようにしていました。

夏休みを振り返ってみると、勉強の仕方を改め、体を動かし、志望校を見学して目標を明確にするという充実したものにできたのではないかと思います。夏休み中にできていたのに、その後怠ってしまうということがないように、1日1日を大事にしてやるべきことを確実にこなし、それを継続していきたいと思います。（3年 長尾楓花）

夢を目標に 目標を計画に 計画を実行に

イアン先生

お世話になりました



イアン先生は国際交流員（CIR）として、
栄町 青森市教育研修センターに勤務します



ザック先生こんにちは



新外国語指導助手（ALT）

ザックリー・ニアルセン（アメリカ合衆国・カリフォルニア州）
Zachary Nielsen 中京大学に留学経験あり
日本語（中級）スペイン語（初級）
趣味：日本文学、アニメ、ボランティア、スケートボード、
ハイキング 「ザック」と呼んでほしい

教育実習生 奮闘中！！

学校の先生になるためには高校を経て、大学に進学し、教員免許を取得する必要があります。教育学部以外の学科でも教職課程を選択すれば、その終盤には教育実習を行う必要があり、小、中、高などの学校（母校が多い）に頼って行きます。

自分も38年前に、隣の学校で実習を行いました。日本史を教えたのですが必死だったのを思い出します。また、ラグビー部だったので、部活動の指導もガンガンやりました。（今より30キロもやせていましたが……）

今年度、本校で実習を行うのは3人です。

川口 耀太郎先生(明星大学)	数学	指導教員	佐藤淳哉先生(3-4)	筒井小卒	中学時代は剣道部
徳差 佳奈 先生(日本大学)	英語	指導教員	石戸谷先生(2-4)	筒井南小卒	中学時代は新体操部
對馬 光美 先生(東京女子体育短大)	保健体育	指導教員	伊東先生、岡先生(1-1)	油川中卒	女子サッカー専門

中体連前ですので、教科以外にも 部活動でお世話になる可能性もあります。それぞれ、公開授業もあるのでスムーズな授業ができるよう「無形の力」で協力しましょう！！

また、9月11日(火)には、青森大学で教職課程を選択している大学生27名が授業参観に来る予定です。教科は保健体育と社会、数学を履修している学生ですが、全学級を参観する予定です。

エイリアン発見 んな ばかな！！

夏休み中の8月1日、事務室から蝦名主事の「ワアー」という声が、見てみると事務室の洗面台に異様な物体がいました。突つくと動くので生物なのですがあまり見たことのないものです。技能主事の大塚さん、沼田さんも見たことがないようで、「これは理科の先生だ！！」ということで、校庭で野球部の指導中であつた熊澤先生を放送で呼び出しました。熊澤先生は見るなり簡単に「コウモリだ」といい、テリトリとハウキでサッと処理して、中庭へ放しました。時々部活動の時や帰宅時に何か飛んでいる気配を感じる時はありますが校内で見るのは初めてでした。

夜中に校内を飛んでいる？ 巣はどこに？ 天然記念物？多くの？が浮かびました。



自分本位でなく、「心を耕し」「無形の力」を身につけよう！！

37日間に渡る夏休みも終わり、2学期が始まります。今年7月中は暑かったですが8月は割と過ごしやすかったように感じます。

夏休み中、本校では大きな事故・非行もなく、様々な活動に元気一杯取り組んでくれたことが何よりもうれしいことでした。特に1・2年生に主力が移った部活動では、結果よりも大きな声で精一杯取り組んでいることに頼もしさを感じています。先輩の上に行くような活躍ができるように頑張ってください。

さて、夏休みはどのように過ごしましたか。東北大会まで駒を進め、自分より上の存在に気付いたり、1球の大切さを知る機会があったり、今の自分のチームの立ち位置を確認できたりした人もいたと思います。

また、勉強が上手いかず、何かが足りないことに気付いた人もいるのではないかと思います。中学生は自分を第3者の目で見ることができるようになる時期です。自分を見つめ、2学期以降の取り組みに変化が出てくることを期待します。

2学期は1・2年生の校外学習に始まり、青森市長や他校の生徒をお迎えしての平和ミーティング、筒中祭など地域の皆さんや大人の方との触れ合いが多くなる学期になります。こうした時に大事なことは自分本位でものを考えないということです。

夏休み中には考えさせられることが2つありました。

1つ目は山口県周防(すおう)大島町で2歳の幼児が行方不明になり、大分県の全国各地でボランティアを行っている78歳の尾島春夫さんが、現地に着き、ものの30分も立たないうちに子どもを見つけてきたこと。

見つけた事実もすごいのですが、大事なことは報道で伝えられている、行動力、ボランティア精神のすごさです。今も広島で西日本豪雨の被災者の復旧にあたっているそうですが、自分本位でものを考えない日本人の良さを見たような気がします。今年ボランティア指定校となった本校です。清掃も含めて、自分はどうかあれば良いか、何ができるのかを考えてみてください。

2つ目はお隣の県、秋田県の金足農業の活躍です。

相手は全国から超一流の中学生が集まった大阪桐蔭。普通の高校生、いや中学生がプロ野球の選手を相手にしているようなものでした。しかし大阪桐蔭も昨年、ベースの踏み忘れで悔しさを忘れない中川キャプテンが作ったチームであり、両親とも医者という根尾選手が副キャプテンを務めていました。

甲子園決勝に進出した金足農業の吉田輝星投手は抜群の選手ですが野球はチームプレーです。1人のスーパースターがいても勝ち続けることはできません。当初はワンマンチームで、味方がエラーをすれば顔や態度に出すようなこともあった選手だったそうです。しかし、試合を重ねるにつれ、友人と支え合っていることに気付き、仲間との信頼が芽生えたことや選手一人一人が自分の役割を自覚して練習してきたからこそ結果がついてきたのではないかと思います。そこにも、自分本位だけではなく、仲間、地元秋田県、東北のためにという意識もあったように思えました。

とかく、人はワガママで自分本位です。校長である自分もそうです。しかし、そういう面があるということを知覚するだけでも行動が抑制されます。

君たちの良さは明るく、人なつこく、パワフルであり、それが返事や合唱の声量の大きさなど良い面に発揮されていますが、まだまだ自分本位の人も多く、誘惑に負けたり、状況判断がまずかったりという場面も1学期には見受けられました。

それが現代の中学生の弱点でもありますので、自分本位ではなく、友人、保護者、先生方など他人のことも考えて行動し、授業を含め「考えてきちんと会話ができ」「心を耕し」「無形の力」を身につけ、「いじめのない楽しく充実した2学期」を過ごして欲しいと思い、式辞を終わります。

2学期の始業式式辞から

学校周辺の話題から

下の写真の左側は学校だより第5号でお知らせした「倒壊の危険性あるブロック塀」として新聞で報道された箇所
の補修後の様子です。高さ制限違反の部分が撤去され、きれいに整備されました。また、右側の写真は校舎裏門付近
に建設中の店舗の様子です。元々は青森県知事を務められた竹内俊吉氏が住まわれていた土地を含め整備され、桜
川の生協が移転してくること、薬屋さんが作られるそうです。明るくなるので夜間の道は安心できますが、交通量
が増えることが若干心配です。自転車利用者は裏門から道路に出際には一時停止、および左右の確認をして歩行者
に気を付けることやヘルメットの完全着用をして自らの命を守ることなどしっかりルールを守ることが大切です。



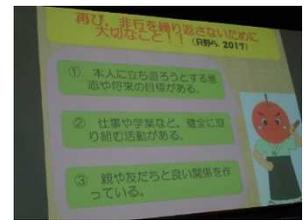
平成30年度 青森市平和・防災学習事業

台風も近づき、天候が心配された夏休み中の、8月8日から10日にかけて行われた青森市平和・防災学習事業に本校の佐藤 陸君(3年)横濱 夏美さん(2年)、旗谷記代教諭が派遣されました。この事業は先の大戦により戦争被害を受け、また、東日本大震災により甚大な被害を受けた岩手県釜石市へ、本市中学生を派遣する事業で釜石市の平和と防災への取組について学ぶ事業です。訪問したり、学習したりした内容については10月3日(水)に本校で行われる平和ミーティングで詳しく紹介します。本校生徒以外にも多くの方々の参加をお待ちしています。



第68回 社会を明るくする運動 JUMP ミニ集会

7月27日 JUMPチームの生徒を対象に青森地区保護司会第二分会の方々ミニ集会を開催してくれました。当日の講師として、青森少年鑑別所法務教官の丸山さん、下村さんに「非行からの立ち直り支援」をテーマに話をしていただき、生徒の意見発表もなされました。



9・10月の行事予定等

9月

- 3日(月) 市中学校英語弁論大会 全校集会(表彰)
- 4日(火) SC来校日 東青地区 県立高校入試説明会
- 5日(水) 第3回PTA運営協議会
- 6日(木) 避難訓練
- 7日(金) 短縮授業 中体連強調週間(～14) 青森山田高等学校学校説明会
- 11日(火) 平常授業 校時変更あり 青森大学授業参観
- 13日(木) 壮行式リハ
- 14日(金) 市中体連壮行式(5校時) 15:30～SNS・メール講習会、教育実習終了
- 15日(土) ～17日(月) 市中体連秋季大会(1・2年) 3年 授業(特別時間割)
- 18日(火) 振替休日 19日(水) 振替休日 20日(木) 代日休業
- 21日(金) 中体連秋季大会報告会 6校時 運営委員会
- 22日(土) 筒井地区敬老会 10:00～ 津軽地区中学校秋季テニス大会
- 25日(火) 専門特別委員会 SC来校日
- 26日(水) 諸費振替日 木曜の授業 集団下校訓練
- 27日(木) 月曜の授業 職員会議
- 28日(金) 市中教研 教科別集会 1校時 火の6で退下
- 29日(土) テスト前部活動休止 青森明の星高校 体験入学2
- 30日(日) テスト前部活動休止 桜川保育園運動会(体育館8時～)

10月

- 1日(月) テスト前部活動休止
- 2日(火) 中間テスト
- 3日(水) 水1～3 事前練習、午後平和ミーティング 全校専門委員会
- 4日(木) 月の授業 中央委員会
- 5日(金) 第2回 英語検定
- 10日(水) 中学校保健体育科研修講座 (授業者 岡先生) 参観授業、研究協議会あり
- 11日(木) 水曜日の授業 筒中祭強調週間(短縮授業 ～18日)
- 19日(金) 筒中祭りハーフサル ストッキング完全着用
- 20日(土) 筒中祭(1日目)
- 21日(日) 筒中祭(2日目)
- 22日(月) 振替休日 23日(火) 振替休日
- 24日(水) 後期生徒会役員選挙公示 月の授業
- 25日(木) 学年専門委員会 26日(金) 全校専門委員会 諸費振替日
- 30日(火) 市中文連音楽発表会
- 31日(水) 自転車通学終了 中央委員会 市中文連音楽発表会



夏休み中に本校を訪問した川村修輝君
(船木・生駒先生を訪ねてきました)
青森高校から防衛大学校に進学し、将来はパイロットを目指しているとのこと。中学時代は陸上部主将、スキージの全国大会にも出場したそうです。白い制服が30度をこえる気温の中でも「キリッ」とした印象を受けました。

先日発売された青森県や秋田県のスポーツ記事を集めた「Standard スタンダード」という雑誌で第69回青森県中学校体育大会夏季大会の特集を組んでおり、本校の記事が載っていました。この他、名前の掲載されている生徒もいます。以前には県選抜の選手として紹介されていた生徒もいました。



校訓 誠実 誠実の花を咲かせよう

- ㊄ 精一杯努力しつづける心。
- ㊅ いつもさわやかに挨拶する心。
- ㊆ 自分を厳しく見つめる心、
- ㊇ 常に感謝する心

