

Count on Me

～みんなを頼って～

江戸川区立清新第二中学校
第2学年通信 No.30



2025.12.19(金)

マラソン大会！完走おめでとう！

12月17日水曜日 今年度のマラソン大会が行われました。昨年度の体育の授業とマラソン大会を経験しているからこそ知っている『長距離走の辛さ』に皆さんに挑みました。

皆さんの練習での頑張りは、体育科の上塙先生の気持ちも動かしていました。体育の授業があった日は、「みんな本当に頑張っているから。」といいながら、夜遅くまで電卓をたたいて翌日のペース走の準備をしてくださいました。自分と向き合った皆さん。ゴールテープを切った皆さん。完走おめでとう！

昨年に続き、走り終わったみなさんにPTAからスポーツドリンクがふるまわれました。完走後飲んだスポーツドリンクは最高のおいしさでしたね。

放送席、放送席、学年1位だったお二人にインタビューです。
はじめに、 さん。素晴らしい走りでした。振り返っていかがですか。



ペース配分と、腕振り、姿勢(フォーム)や呼吸の仕方が大切だと思いました。特に、姿勢や呼吸の仕方は1年生の時にもやっていたので再確認出来て良かったです。ペース配分は、最初に飛ばしすぎないことや、一定のペースで走る工夫を考えるのが難しかったです。来年は最後のマラソン大会です。来年も、練習成果を思う存分発揮して、高順位を狙います！

次に、女子の部、学年第1位、総合5位の さんです。
なぜみんなに頑張れたのでしょうか。教えてください。

昨年は、学年2位で悔しい思いをしました。だから、今年は毎朝、朝練習に参加しました。夜も時間があれば走りました。当日は、めっちゃ緊張したけれど、学年1位が取れたので、とてもうれしいです。目指していた先輩も抜くことができ、本当にうれしかったです。来年も頑張ります！

最後に、朝練習に5日間すべて参加生徒を代表して さんにインタビューです。長距離は大変ですよね。練習・本番から感じたことを教えてください。

今回の長距離走を通して、最後まで走り切ることの大切さを学べました。走っている途中はとても苦しくて、何度も、リタイアしそうでしたがその中でも走り来たことで自分に自信がつきました。最初から全力で走らず、一定のペースで走ることを意識したこと、前回よりも良い記録を出すことができました！

学年	男子(5km)	女子(4km)
1位		全校1位
2位		全校5位
3位		全校6位
4位		全校7位
5位		全校8位
6位		全校9位
7位		全校11位
8位		全校12位
		全校5位
		全校9位
		全校10位
		全校11位
		全校12位
		全校19位
		全校20位
		全校23位

朝練習パーカー！
5日間 皆勤賞！！

A組 / /
/ /
B組 / /
C組 / /

来週・ 一月の 予定	12/ 22	月	①学:2学期振り返り(学級) 細菌検査回収日	1/5	月
	23	火	細菌検査回収予備日	6	火
	24	水	⑤大掃除	7	水
	25	木	終業式	8	木
	26	金	始業式 ②テスト ⑤マナー講習会 職員会議	9	金
			給食なし 給食あり ⑥カット		