

# 不退転

『立腰』で心に『やる気』スイッチON!

東江中学校  
名護市大東2-1-1  
校長 神元 勉

## 立腰

④あごを引いて、肩の力を抜く

※ 腰骨を立てる

①お尻をおもいきり後へ

③下腹に少し力を入れる

②腰骨をおもいきり前へ

※足の裏を床につける

心のスイッチ ON!

モデル: 仲程 和夢 (第38代生徒会長)

健康食育委員会

梅雨が明け、蝉の鳴き声も聞こえ初め、いよいよ、夏本番です。そして、18日(木)から、運動会練習も始まります。暑さや疲れから、授業に集中できなくな

ると、頬杖をついたり、突っ伏したりして、姿勢が崩れてきます。こういう時こそ、心と体を整える『立腰』を意識してください。



## 英語ストーリーコンテスト

*Certificate of Second Prize*

Ms. Natsumi Yamashita  
Agarie Junior High School

This is to certify that you did a great job at the 2015th Junior High School English Story-Telling Contest in Kunigami.  
In recognition of your successful story-telling, we extend our heartfelt congratulations.

第 2 位

あなたは 2015 年度国頭地区中学校英語ストーリーテリングコンテストにおいて頭書の成績をおさめましたのでこれを賞します。

June 13, 2015

Ms. Yukari Shimabukuro  
The president of the Kunigami District English Education Association



が出席し、本校からも、3年生の女子2名が、出場しました。その結果をお知らせします。

■ 2 位 山下 夏実さん(3年1組)

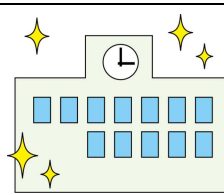
■ 奨励賞 比嘉 七星さん(3年2組)

おめでとうございます。そして、お疲れ様でした。

13日(土)、今帰仁村コミュニティセンターで、国頭地区中学校英語ストーリーテリングコンテストが、行われました。各中学校から40名

見事、2位になった山下夏実さんは、7月4日(土)に沖縄産業支援センターで行われる県大会へ、国頭地区代表として出場します。県大会でも、上位入賞目指して、頑張ってください。

## ピカピカトイレ...



私が高校を訪問する際に、真っ先に観察するのが、トイレです。トイレが汚れた学校は、何か、課題を抱えている場合が多いのです。逆に、トイレがきれいな学校は、学校全体がきれいで、活気に満ち、落ち着いた雰囲気を感じさせます。

トイレをきれいに掃除したら、「金運に恵まれる」とか、「トイレの神様が美人にしてくれる」という言い伝えもあります。

- また、イエローハットの創業者である、鍵山秀三郎氏は、トイレ掃除の効用を5つ挙げています
- ①「謙虚な人になれる」
  - ②「気づく人になれる」
  - ③「感動の心を育む」
  - ④「感謝の心が芽生える」
  - ⑤「心を磨く」

