



## 合体育大会結果（お疲れさま！）

7月15日（土）～23（日）に開催。地区の代表として頑張りました！

### ◆陸上（生目の杜運動公園陸上競技場）

- ・〇〇〇〇〇さん 共通男子砲丸投げ **4位入賞**
- ・〇〇〇〇〇さん 共通男子砲丸投げ **6位入賞**
- ・〇〇〇〇〇さん 共通女子1500m 24位、3年女子800m 予選惜敗
- ・〇〇〇〇〇さん 共通女子100mH 予選惜敗
- ・〇〇〇〇〇さん 共通男子200m 予選惜敗、2年男子100m 予選惜敗
- ・〇〇〇〇〇さん 共通男子800m 予選惜敗、2年男子1500m 13位



### ◆男子バレー（高城総合体育館、早水公園体育文化センター）

予選トーナメント vs山之口中〇 vs日知屋バレーボールクラブ〇  
決勝リーグ vs北郷小中● vs妻ヶ丘中〇 vs串間中〇 セット率により**第3位**

### ◆女子バレー（早水公園体育文化センター）

予選トーナメント vs本郷中〇 vs上新田中●

### ◆女子ソフトテニス（ひなた宮崎県総合運動公園庭球場）

- 団体戦 2回戦 vs綾●
- 個人戦
- 〇〇〇〇〇さん・〇〇〇〇〇さんペア 2回戦惜敗
  - 〇〇〇〇〇さん・〇〇〇〇〇さんペア 2回戦惜敗
  - 〇〇〇〇〇さん・〇〇〇〇〇さんペア 2回戦惜敗
  - 〇〇〇〇〇さん・〇〇〇〇〇さんペア 4回戦惜敗
  - 〇〇〇〇〇さん・〇〇〇〇〇さんペア 2回戦惜敗



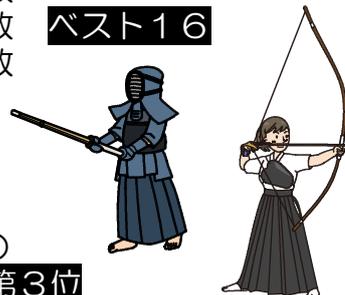
**ベスト16**

### ◆弓道（ひなた武道場弓道場）

男子団体戦 予選惜敗 個人入賞ならず  
女子団体戦 予選惜敗 個人入賞ならず

### ◆剣道（ひなた武道館主道場）

- 男子団体戦 予選T vs加納〇 vs高鍋東〇 vs西(都城)〇  
決勝L vs三股〇 vs宮崎西● vs大塚● **第3位**
- 男子個人戦
- 〇〇〇〇〇さん 二回戦惜敗 〇〇〇〇〇さん 一回戦惜敗
  - 〇〇〇〇〇さん 二回戦惜敗 〇〇〇〇〇さん 準決勝惜敗 **第3位**
- 女子個人戦 〇〇〇〇〇さん 3回戦惜敗



## ★ 宮崎県吹奏楽コンクール（素敵な演奏でした！）

7月16日（日）に宮崎市民文化ホールで開催され、部員19名で堂々とした演奏をすることができ、なんと「**金賞**」を受賞しました！！高原中の金賞受賞は約50年ぶりとのこと！！感動をありがとう！！そして、県の代表として南九州小編成吹奏楽コンテストへの出場が決まりました！！本当にすばらしかったです。



## ★ 中学校総合体育大会九州大会・南九州小編成吹奏楽コンテスト

### ◆剣道（福岡市総合体育館）

8月8日（火）個人戦 〇〇〇〇〇さん 1回戦惜敗！  
台風接近の中、大会スケジュールを前倒しして開催された今大会。〇〇さんも調整に苦労したと思いますが、とてもいい経験になったと思います。お疲れ様でした。

### ◆吹奏楽（玉名市民会館）

8月11日（金） 19名で演奏！！ 銅賞受賞！  
20名以下の団体が集まるコンテストでした。たくさんの方々が見守る中で演奏する緊張感はとてつもないと思いました。暑い中、お疲れ様でした。

## ★ 令和5年度「青少年の主張宮崎県大会」出場

8月3日(木)に開催された「青少年の主張宮崎県大会」に2年の〇〇〇〇〇さんが出場しました。少年の部で県内10名の中に選ばれた〇〇〇さん。当日は緊張しながらも堂々とした発表をし、見事「優良賞」を受賞しました。おめでとう!!

以下には、〇〇〇さんの作文を紹介いたします。

### 「後悔しない生き方」

高原中学校 2年 〇〇〇〇〇さん

後悔しないためには、どのようなことが大切だと思いますか。僕は、その場の状況に合った行動を選ぶことと、思ったことを行動に移すことが大切だと思います。

僕は、後悔には二種類の後悔があると思います。何か行動を起こした後に悔やむ「やってしまった後悔」と、何も行動せずに悔やむ「やらなかった後悔」の二つです。

まず、やってしまった後に後悔する場合です。僕は小学校二年生の時に習字を習い始めました。しかし、小学校四年生の時に辞めてしまいました。辞めた直後は解放感でいっぱいでしたが、次第に辞めなければよかったと思うようになりました。なぜなら、続けていれば、習字の級や段が上がり、自分の特技として強みになったと思うからです。思えば、先のことまで考えてもう少し続けていれば友だちと別れることもなく良いことがあったのになあと悔やんでいます。だから、後先をしっかりと考えてその場の状況に合った行動を選ぶことが大切だと思います。

次に、何もやらないで後悔する場合です。僕は、先日祖父を亡くしました。祖父がいなくなり、もっといろいろなことをやっておけばよかったと、とても後悔しています。小学校低学年の頃には、祖父と一緒に登山に行ったり、祖父の家へ泊まりに行ったりしていましたが、学年が上がるにつれ、祖父と話をすることが恥ずかしくなり次第に話せなくなっていきました。中学生になったばかりの頃、僕が一人で留守番をしているときに、祖父は心配して僕の家に来てくれましたが、僕は「一人でも大丈夫」と言って、祖父を拒み、ほとんど話をしませんでした。今思えば、自分からどんな事でも話しておけばよかったと思います。だから、思ったことを実際に行動に移すことが大切だと思います。また、やってしまった後悔でも、何もやらなかった後悔でも、事の大きさは関係なく後悔の重みは同じだと思います。そのため、どんなに小さなことでも、後悔しないように心がける必要があると思うのです。それは、たった一瞬の出来事である「あいさつ」も例外ではありません。祖父の例で考えると、僕はそのたった一瞬の出来事で大きな後悔をしています。それは、祖父が亡くなる一週間前の出来事でした。その日は祖父母の結婚記念日だったので、僕たち家族は祖父母宅へお祝いに行きました。食事をして楽しく過ごし、その後帰宅することになりました。祖父との最後の別れ際、僕は「またね」と言えず、祖父から顔をそらしてしまいました。そのとき祖父は、寂しそうな表情を浮かべていました。あのとき祖父の顔を見て、はっきり「またね」と言っていれば、僕が見た最後の祖父は、大好きだったとても明るい笑顔だったのでしょうか。「またね」その一言が、あの時の僕には言えなかった。それは、とてもとても些細な一瞬の出来事です。しかし、その些細な出来事の後悔はとても大きくて深く、今も僕の心の中に残り続けています。

これまでの経験を振り返ってみると、状況を確認せずに行動してしまうことや、周りの意見に流されて自分の意見が言えないことに気づきました。そして、これらは後悔をしたときの原因としても多いことに気が付きました。僕は、祖父の人生最期の時に、後悔してしまいました。しかし、祖父のおかげで後悔のない生き方について、深く考えることができました。後先をしっかりと考えて、その場の状況に合った行動を選ぶこと、周りの意見に流されずに、思ったことを実際に行動に移すこと。この二つを意識するだけで、後悔の数が減るといえるならば、僕は、積極的に実践し、悔いのない人生を歩んでいきたいです。

☆ 今後の主な行事のお知らせ(9月) 体育大会は天候により、右下のような動きになります

〇1日(金) 3年学力診断テスト、1・2年課題テスト(8/31~)

〇5日(火) 体育大会予行

〇6日(水) **振替休業日(9月9日(土)分)**

〇9日(土) 第77回体育大会

〇23日(土)、24日(日) 地区秋季大会(陸上)

〇26日(火) 地区英語暗唱・弁論大会

〇29日(金) 生徒会役員改選(演説・選挙)

〇30日(土)、10月1日(日) 地区秋季大会

体育大会実施に伴う日程について

① **9日(土)実施**の場合 → 10日(日)週休日

② 9日(土)順延、**10日(日)実施**の場合

→ 9日は授業日、11日(月)が振替休業日

③ 9日、10日ともに実施できない場合

→ 9日授業、10日週休日、**11日(月)実施**

