



心友

No 14

令和7年12月12日（金）発行

四万十市立中村西中学校

文責（校長）小野川 憲

旧専門部長の皆さんからです～素敵なアドバイスをありがとう！～

1年間代議員長をさせていただいた谷岡陽太です。

まずこの1年間、各学級の代議員をはじめ、先生方や生徒の皆さんにつきましても、僕が中心となって行う取り組みにご協力してくださりありがとうございました。温かな気持ちで受け入れてくれたため、代議員長としてとても活動しやすかったです。

少し話が変わりますがみなさん、デヴィ夫人という芸能人を知っていますか？（本名はデヴィ・スカルノさん）彼女はとても有名なタレントで、僕がとても尊敬している女性です。そんな彼女は、「長く生きていたら、人はミステイクなんていくらでもあるわ。」という言葉を残しています。また、僕の好きなアニメのセリフに、「逃げたら一つ、進めば二つ」という言葉があります。これらの言葉は、人生の中でミスを恐れず成長してほしいという思いが込められています。

僕はこの1年で、挑戦することの大切さとその機会があることの貴重さを学びました。チャンスがあるのにも関わらず、周りの目を気にしたり、挑戦したあとのことを勝手に想像し、掴もうとしないのは勿体ないことです。挑戦することが難しいという人は、失敗した姿ではなく成功した姿を想像してみてください。それが第一歩となるはずです。ぜひチャレンジすることを意識して日々の学校生活を過ごしてください。

1年間ありがとうございました。



1年間、生活安全部長をやらせて頂いた川添妃菜です。

最初は私にこんな大きな仕事が前の3年生のようにできるか不安でしたが、やっていくごとに仕事をこなせるようになり最後には克服したかったはっきりと意見を相手に伝えるという目標を達成する事ができました。生活安全部長になったことで自分を変えることができ、本校にも深く関わることができとてもいい経験になりました。次の人にはまだ心得になって少ししか経ってないし制服も変わり学校の方針が色々変わったので学校の風紀が崩れないように心得についての取り組みをがんばってほしいです。

色々な先生方に支えて頂いたことでしっかりと自分の役目を果たすことができました。

1年間本当にありがとうございました。

1年間、図書部長をやらせていただいた岡野航平です。

僕が、図書部長として活動をして自分が力がついたと思うところや、自信がついたなと思うところはありません。未だに集いの発表では足が震えてしまうし、専門部会ですら緊張で何もしゃべれず周りの人に頼ってばかりの1年間でした。ですが、図書部長という貴重な体験をさせていただき、大変さや、責任感を感じることができ、自分が図書室や本が本当に好きなんだと感じた1年間でした。

そして、新旧交代式でも話したように、自分は図書部長になって活動して何も図書部として形に残る活動をするのができなかったため、次に図書部長になる方には、図書部として形に残る活動をしてほしいし、一番は、図書部のみんなと楽しく活動をして、みんなが過ごしやすい図書室を作ってくれたらと思います。

1年間ありがとうございました。



一年間、体育部長をやらせて頂いた川村まりです。

最初の頃は、専門部会での司会進行もグダグダで、終わった後には先生に指摘をもらうことが多く、選挙では「自分の良さはポジティブなところですよ」と言っていたのに、思うようにいかな日が続くと、ネガティブになってしまうこともありました、そんな自分が嫌で悔しくて泣いたこともたくさんありました。

ですが、やっていくうちに周りの動きを見て、気配りをしながら進行もできるようになっていつの間にかみんなの意見をまとめたり、司会をしたり、人前に出て注目されるのが好きになりました。

私がこうして成長できたのは、選挙でみなさんが私に大切な一票を入れてくれてたくさん指摘をしてくれた先生方、支えてくれた体育部のみんなのおかげです。

最後に、私はこの一年間を通して感じたことは部活や勉強をする上で効果が見えず、諦めそうになることがこの先たくさんあると思います。ですが、私は絶対にその頑張りには裏切らないと思います。私もたくさん指摘をもらって挫けそうになって、でも諦めないで自分と向き合えたからこそ今の自分があると思います。みなさんも未来の自分と頑張り信じてがんばってください。長くなりましたが、本当に一年間ありがとうございました。

一年間美化部長をやらせて頂いた山本誠人です。

僕は最初正直美化部に入ったときは美化に対する情熱や熱い思いはあまりありませんでした。ですが、美化部としての活動をしていくうちに、中村西中だけをきれいにするのではなく、四万十市全体をきれいにしようという心が芽生えてきました。今振り返ると私はすごい成長をしたのではないかと思います。

成長してないと感じて長い人生のうちに直したいなと思ったのが、計画性のなさです。例えば集いで発表するときに前日に練習をしたことがないということとかです。一回だけ練習したこともありましたが、継続して練習をすることが大事だということに気が付きました。ですが今日この日までずっと美化部としていられたのは、この中村西中学校の一年から三年生みんなと先生方のおかげです。僕の発表に呆れていた人もいたと思うけど、温かい目で見守ってくれて良かったです。

今の自分があるのは今の一年生は知らない僕先輩たちと今の中村西中学校のみんなのおかげです。なので、皆さん先輩を大切にしてください。僕は結構優しいので、いつでもどこでも話しかけてください。長くなりましたが、この一年間美化部として活動できていい思い出になりました。

次の部長は足が速いかとくんなので安心して美化部長を辞めることができます。
今までありがとうございました。



1年間保健給食部長を務めた藤元心海です。

保健給食部長として活動する中で健康や衛生の大切さを実感することができ、日々の委員会活動では季節ごとの健康提示や衛生・感染症対策の呼びかけ活動を継続して行い学校全体がより良くなる取り組みを行えました。はじめは、人前に立つことが苦手だったけど、最後には自分の言葉でみんなに伝えることができるようになり、司会進行や集いで発表もうまくできるようになりました。

この一年間で、保健給食部長としての責任感を意識して行動することができ、役割の重要性を知ることができました。また、この活動により自分の苦手を克服することができ、自分の成長にも繋がることで良かったです。この経験を活かして、日常の様々な場面でも積極的に取り組み、次の活動に繋げていきたいです。

1年間ありがとうございました。



1年間、部長という自覚と責任をもって学校のために取り組んでくれた3年生の言葉です。とても嬉しく、そしてたのもしく感じます。大切なことをしっかり引きついで欲しいと思います。1年間、本当にありがとう。

表彰関係

スポーツ関係だけでなく文化・芸術面でも頑張っています。

令和7年度中学生税の作文コンクール

○中村税務署長賞 谷岡陽太（3年） ○幡多租税教育推進協議会会長賞 都築空（3年）

令和7年度税の標語コンクール

○四万十市市長賞 中川彩心（3年）



令和7年度 幡多教育文化展（書の部） 入選

- 【1年】荒谷日陽 中平晴斗 井上響斗 林優志
- 【2年】上岡夢奏 弘田心 中島瑠音 濱田大誠
- 【3年】小野笑蓮 和田日咲 澁谷慶虹 都築空

令和7年度 幡多教育文化展（画の部） 入選

- 【1年】荒谷日陽 刈谷壮佑 都築明咲実 野村麻光
- 【2年】片岡大樹 利岡希 西尾菜 山田耕士郎
- 【3年】高橋七菜 野町頼士 川波颯介 長門咲日

令和7年度 四万十市教育文化展（書の部） 入選

- 【1年】刈谷壮佑 川添美妃 寺尾梓菜 中越希理 室津希実佳 佐竹七海 多久間奏心
都築明咲実 寺田勇誠 除本乃衣
- 【2年】相田成摩 植木萌愛 河野珠久 新開天斗 豊永莉子 中平怜菜 金子遼河 川田綺星
河野仁香 繁山千慧 中野寧々花 福岡あゆな
- 【3年】浅能あみ 川添妃菜 川渕心菜 塩田旭 竹葉由恵乃 野町頼士 北代花帆 久保葉乃佳
古賀橙弥 中川彩心 浜田陽愛 松本琥珀

令和7年度 四万十市教育文化展（画の部） 入選

- 【1年】小川海愛 竹本和史 内藤悠 中平晴斗 坂悠貴 室津希実佳 佐竹七海 竹内蒼介
田邊惺 土居正宗 林優志 除本乃衣
- 【2年】植木萌愛 岡崎歩武 上岡夢奏 谷渕愛輝 山口叶真 山崎冬香 金子遼河 酒井ひより
中野寧々花 濱田祐 山沖杏奈 山崎心結
- 【3年】浅能あみ 刈谷咲葵 川添妃菜 篠田想太 根木穂乃香 前田空澄 北代花帆 澁谷慶虹
橋本夏斗 浜田陽愛 三浦志桃花 森田音逢

子ども県展（図画の部）

《特選》 【2年】安田雅 山崎心結

《優秀》

【1年】竹内壮志 佐竹七海 【2年】中野寧々花 【3年】刈谷咲葵 白井ましろ 都築空

《入選》

【1年】中平 晴斗 室津 希実佳

【2年】植木萌愛 上岡夢奏 新開天斗 谷渕愛輝 山崎冬香 酒井ひより 濱田祐

【3年】浅能あみ 小野笑蓮 篠田想太 竹葉由恵乃 根木穂乃香 澁谷慶虹 二宮咲波

子ども県展（毛筆の部）

《優秀》 【2年】相田 成摩 【3年】都築空

《入選》 【2年】豊永 莉子 金子 遼河 【3年】小野 笑蓮

子ども県展（硬筆の部）

《優秀》

【1年】荒谷日陽 中越希湊 坂悠貴 室津希実佳 都築明咲実 内藤咲 除本乃衣

【2年】植木萌愛 坂下怜音 金子遼河 酒井ひより 中島瑠音 中野寧々花 濱田大誠 安田雅

【3年】浅能あみ 伊與田良絃 小野笑蓮 北代花帆 都築空 松本琥珀 森田音逢

《入選》

【1年】小川海愛 金子琉花 川添美妃 川波亜子 竹内壮志 寺尾梓菜 遠近海月希 内藤悠

藤永大斗 井上響斗 寺田勇誠 土居正宗 藤本達也 松澤春憧 溝淵悟郎 宮崎詩

【2年】相田成摩 秋森美昊 岩井温想 上岡夢奏 河野珠久 新開天斗 豊永莉子 中平怜菜

弘田心 三保木心輝 矢野正宗 川田綺星 久保奏太 河野仁香 繁山千慧 谷田宗士朗

福岡あゆな 山沖杏奈 山崎心結

【3年】景平望未 刈谷咲葵 川添妃茉 川湊心菜 白井ましろ 高橋七菜 竹葉由恵乃 土居七美

野町頼土 前田空澄 和田日咲 門田凧 久保葉乃佳 古賀橙弥 澁谷慶虹 谷岡陽太

長門咲日 浜田陽愛 藤元心海

【卓球】

幡多地区中学秋季卓球大会 男子団体 第3位 男子個人 2位 林昊季

【ソフトテニス：S×CREW】

高知県中学校ソフトテニス秋季大会 女子の部 優勝 土居七美 3位 長門咲日

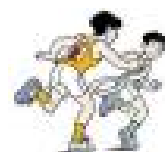
幡多地区中学校「森本旗」争奪ソフトテニス大会 男子団体 植木理巧

男子駅伝部が全国大会に向けて出発しました。

12月14日（日）に開催される第33回全国中学校駅伝大会に向けて、男子駅伝部が、本日出発しました。体調を崩す選手もおらず全員元気に出発しました。

10日（水）は、本校で壮行式を行い選手を激励したところです。全国大会出場にあたり、保護者・地域の皆さんから多大なご支援やご声援をいただきました。本当にありがとうございます。選手だけでなく、教職員一同、感謝申し上げます。改めて、保護者・地域の皆様に支えられていることを強く感じました。

選手たちも皆様の期待や声援を、何とか結果で示そうと全力で練習に取り組んでいました。初めて経験する全国大会ですが、自分たちの力を出し切ってほしいと思います。



男子の部スタート時間

12月14日(日)12時15分

会場:滋賀県希望が丘文化公園

※当日の様子はYouTube、BS日テ

し、(Tverは <https://tver.jp/>)でも

配信されます。応援をお願いします。

←今朝4:00出発前の様子