

Newsletter from the Principal's Desk

自らの賜物を 最大限に活かし 拓かれた未来へ

No. 19

Monday, September 29, 2025

函館市杉並町23-11
遺愛女子中学校高等学校

恐れからの解放

9月26日(金) 礼拝

呼び求めるわたしに答え、あなたは魂に力を与え、解き放ってくださいました。

詩編 138編3節

「ああ、なんか疲れるなぁ」と思う人がいるでしょうか。皆さんは、まだ若いので疲れを知らないかも知れませんが、わたしのようなおじさんは本当に疲れます。一方、人生が順風満帆だと意外と疲れなかったりします。反対に、上手くいかなかったり、失敗が続くと、思ったよりも疲れます。

聖書は、なんだか聖なる書物で、きれいごとしか書いていないように思いますが、実は真逆です。聖書は『失敗学』の教科書だとも言われます。実は、今日の詩編の背景には、その昔、神の民と言われるイスラエルの人々が経験したバビロン捕囚という辛い経験があります。神の声に耳をかさなかったが故の失敗であり、異教の地、異なる文化、異なる宗教の地における辱めの経験でした。今日の詩編138編の直前、137編3節にはイスラエルの人々が異国バビロンで「お前たちに神がいるなら、ほら、神の歌、シオンの歌を歌ってみろ」と嘲りを受けたとあります。その失敗と恥辱の経験を通して、彼らは異教の地で、シナゴグと言われるものをつくり、会堂を建て、聖書を朗読し、祈りを唱えるという新しい礼拝スタイルを生み出したと言われます。それが今日の教会のルーツです。

わたしたちは失敗を恐れます。失敗どころか、色々なものを恐れ、色んなものにとられ、縛られて生きています。そんなわたしたちに詩編の作者はこう語ります。「呼び求めるわたしに答え、あなたは魂に力を与え、解き放ってくださいました。」

失敗する恐れからの解放です。わたしたちは解放されることを望みます。ストレスからの解放、自尊心からの解放、日常からの解放、病気からの解放、勉強からの解放、イライラからの解放、重圧からの解放、トラウマからの解放、罪からの解放、死からの解放、怒りからの解放、しがらみからの解放を求めます。

最後に、マザー・テレサの「解放の祈り」を紹介して終わります。

イエスよ、わたしを解放してください。

尊敬されたいという望みから、愛されたいという望みから、
名誉を得たいという望みから、称賛されたいという思いから、
他の人より好かれたいという望みから、

相談されたいという望みから、

認められたいという望みから、人気者になりたいという望みから、
侮辱されるという恐れから、軽蔑されるという恐れから、
非難されるという恐れから、中傷されることへの恐れから、
忘れられることへの恐れから、誤解されるという恐れから、
嘲笑されるという恐れから、疑われるという恐れから。



他の人から評価されたい、重んじられたい、という思い。人から認められたい、尊敬されたいという思いから解放してください、そうマザー・テレサは祈りました。

祈りましょう

父なる神よ、わたしたちは失敗を恐れ、他者の目線を恐れ、人からの評価を恐れ生きています。それらから解放されるいちにちとなさしめたまえ、主の御名で祈ります、アーメン。

部活動など 大活躍！

第77回函館地区バドミントン選手権大会兼会長杯争奪バドミントン大会 函館アリーナ
9月15日(月)ダブルス 23日(火)シングルス

女子ダブルスA

4位 K2B浪岡芽生 K1H国立美咲
ベスト8 K2C鈴木心彩 K2H工藤心結
ベスト16 K2B谷藤ひなた K1A佐藤なつ
ベスト16 K2H川又彩月 K2C小林愛和

女子シングルスA

3位 K2B浪岡芽生 ベスト8 K1H国立美咲
ベスト16 K2C鈴木心彩 K2H工藤心結
2回戦敗退 K2B谷藤ひなた K1A佐藤なつ
1回戦敗退 K2C小林愛和

女子ダブルスB

優勝 K2G成田結郁 K1A渋谷奏美

女子シングルスB

3位 K2G成田結郁 ベスト8 K1A渋谷奏美

K2Gの成田は高校始めながら、Bゾーンですがダブルスで優勝、シングルスでも3位に入賞しました。素晴らしい頑張りでした。

北海道高等学校ソフトテニス新人大会

女子ダブルス

K1B中森花風・K1B神山花ペア 初戦敗退
K2A加藤妃奈乃・K2A伊藤杷子ペア 初戦敗退

女子シングルス

K2A伊藤杷子 3回戦敗退
K2A加藤妃奈乃 3回戦敗退

K1ペアは初全道でしたが、頑張っていました。2年生ペアは惜しくもファイナルで負けてしまいました。次に向けて頑張ります。次の全道大会は1月の釧路です。

「英語部」第63回函館地区高等学校英語弁論大会 第4位 K1J 岡部菜々実

岡部さんの発表はとても素晴らしかったので、顧問の私も本人も結果ですこし残念でした。来年もまた頑張りたいとおもいます。

弓道部 新人戦結果

団体優勝 K2J 能登琴埜 佐藤咲弥 K2G 影沼沢光 K2A 村元文 K2B 能戸千晶
個人4位 K2J 佐藤咲弥 個人、団体共に10月3～5日 全道大会出場

【令和7年度北海道高等学校文化連盟道南支部青少年読書感想文コンクール】

〈最優秀賞〉 K1J 岡部菜々実

〈優秀賞〉 K2G瀬尾奈名海 K2I長谷川結香 K2J齊藤心音 佐川舞莉 佐藤咲弥

〈優良賞〉 K1I佐藤由希菜 K1J赤澤里緒 倉百合香 K2I福田愛恵

K2J筑田琴子 枡本柑奈 元由実夢

〈佳作〉 K1J上坂桜瑞 K2I柳川桜子

100作品（道南5校）の中から選ばれた33の入賞作品のうち、15名が遺愛の作品でした。

第41回北海道高等学校新人陸上競技大会(9/24～26 帯広の森陸上競技場)

1日目

女子400m 予選7組3着K1J 野口桃佳 1.05.39
女子1500m 予選2組10着K2I 川口海咲 5.44.22
予選4組9着K1H 小松由奈 5.28.76
女子100mH 予選3組5着 K2H 高松夢愛 17.28
女子4×100mR DQ(失格)

1番練習を積みたい時期が定期試験で練習できず、正直不安でしたが、小松が支部予選と比べて大幅に記録を伸ばしました。リレーは1-2走のバトンパスがタイミングバッチリだったものの、お互い力が入りすぎてしまいバトンが飛んでいってしまったそうです。気持ちを切り替えて明日も頑張ります。

3日目

女子200m 予選5組4着 K2B 花巻双葉 27.09
女子3000m タイムレース決勝1組6着 K1H 小松由奈 12.05.27(自己ベスト!)
女子4×400mR
タイムレース決勝3組1着 花巻-野口-小松-川口 4.19.53(全体の中では15位)

今回の大会で思うような結果が出ず辛かった3人+3000mで1分近くタイムを縮め、そのすぐ後に出走する小松の4人でマイルリレーに出場しました。精神面体力面ともに心配でしたが、4人の激走により支部予選よりも15秒タイムを縮め目標の4分20秒を切ることができました。ちょっとだけ涙が出そうでした。毎度のことはありますが、女子だけで重い荷物を運び、テントをたてる生徒を見てたくましいと感じます。今後も人間性、競技力ともに向上できるように頑張ります。



9月17日 中学卒業レポート中間発表でした！

遺愛女子中学校では、中学3年生のときに「卒業レポート」という取り組みを実施しています。それぞれが興味を持つ自由な題材で、思い切り調べたり考えたりしてレポートの形にまとめ、2月に提出、3月には大勢の保護者の皆様、生徒のみなさんや先生方の前で研究発表を行うというものです。

遺愛中生は、他の中学校の生徒のみなさんとは違って、高校入試がありません。そのぶん、この時期に、興味を持ったこと・関心を持ったことについて存分に研究し、学ぶ楽しさを体験してほしいということで、10年以上前から実施しているものです。受験勉強は辛い時もありますが、「学ぶ」とは本来楽しいものです。何か知らなかったことやわからなかったことがわかった、解けなかった疑問が解けた、そんな瞬間の喜びと充実感こそが本当の学びだと思います。この卒業レポートはそんな、本当の学びの宝庫です。

ここ最近の遺愛中出身生の声を聴いてみると、この卒業レポートがきっかけになって、志望校や志望学科が見えてきた人、扱った分野の魅力に触れてその後もどんどん学びを深めていった人など、とても大きなプラス効果を生んでいることがわかります。

3月の発表会には遺愛中生が全員参加します。中学1年生のときから、自分はどのようなテーマで卒業レポートに取り組もうかと考えながら参加しますので、必然的にみんなが前向きになります。

9月17日は、今年のC3生の卒業レポートの計画について、それぞれが小グループに分かれて発表し、先生方やクラスメートからいろいろな質問やアドバイスをもらう日でした。どの発表からも、前向きに取り組んでいる意欲が感じられ、素晴らしいものでした。今年の卒業レポートも楽しみです。

今年のC3卒業レポート　テーマ一覧		
学と金	函館はなぜ衰退しているか？	日常生活で無意識に使われている心理学
AIと家事	呪いは存在するのだろうか？	都道府県で人の性格に違いはあるのか？
匂いについて	日本のスポーツの歴史	今後の世界はどうなるのか？
アスリートの飲食	日本と韓国のコンビニの違い	週刊誌は本当に需要があるのか？
犯罪への罪の基準	トランプはなぜ54枚なのか？	海外と日本の体型について
信号のない交差点	未来をつくる任天堂	水を飲むと人は綺麗になるのか？
味覚について	犬と猫のしっぽの秘密	日本と外国の教育方法の違い
VOCALOIDについて	AIが注目されている理由	グループは何人組がいいか？
幼少期のピアノの習い事が将来に与える影響		
地震の影響で今後日本はどうなっていくか？		
5億年も姿を変えず生き抜いたクラゲの生存戦略		
海外のディズニーパークと日本のディズニーランドの違い		
アンパンマンの世界にお金があったら・・・		
ファスナーから学ぶ起業のプロセス		
人気のゲームと不人気のゲームの違いについて		
北海道の鉄道のこれから		
熱のこもった発表の様子		

熱のこもった発表の様子

～イベント等案内～

高校入試ガイダンス サポートスタッフ募集			
日程		10月18日(日)14:00～15:30	
		応募締切 9月29日	
内容	「高校入試ガイダンス」は遺愛女子高校志望の外の中学3年生のみなさんが来校する行事です。今年はこの行事の最後に「遺愛女子高校入試問題解き方講座」を実施します。取り上げる問題の確認等の打ち合わせを事前に持ちます。人に対して解き方を説明する経験は、自分自身の理解を深めることにもつながりますので、必ず良い経験になります。締め切りは9月29日ですが、多少遅れても大丈夫とのことです。		
工学ってなんだろう？			
女子中高生のみなさん、最先端の工学研究に触れてみよう！			
東京大学女子中高生向け理系進路選択支援イベント			
日時	10月11日(土)15:00～17:00		参加費無料 zoom開催
内容	東京大学の女性研究者、女子学生のみなさんが、理系の学問分野の魅力をお話してください。また、理系分野で女性人材が求められている現状についてのお話も聞くことができます。中学生から参加可能です。東大希望でなくても、理系に興味のある人は如何でしょうか。		
これらイベントに興味のある人は、副校長・井上先生まで。			