



東中通信

学校の教育目標
自分とみんなの
幸せのために動く



みのかも教育21

FROM-0歳プラン2

「自分が思い描く幸せな未来
を創造していく子」を育む

TEL(0574)25-3885 FAX(0574)25-3886 E-Mail : higashi-jhs@edu.forest.minokamo.gifu.jp

幸せになる（夢をかなえる）ためのステップ

～2年生「夢の教室」から～

校長 板津 英文

■「夢の教室」を行いました

12月16日からの4日間、2年生で JFA こころのプロジェクト「夢の教室」を行いました。様々な競技の選手、OB、OG を招いてゲームをしたり、夢についてお話を聴いたりしました。5名の方をお招きしました。その中のお一人、鶴岡剣太郎さんを紹介します。

鶴岡さんは、千葉県出身のスノーボードの選手です。2006年のトリノオリンピックでは、パラレル大回転という種目に出場されました。他にも、全日本選手権で通算4回優勝、アジア選手権で銅メダルを獲得されるなど、日本のスノーボード界をけん引されました。以下は、鶴岡さんから伺った話です。

■オリンピック出場までの道のり

3歳の頃スキーと出会いました。10歳でスキーの選手になることを夢見ました。この想いを心の中にずっと持ち続けてはいましたが、住んでいる千葉県では、スキー競技に没頭できる環境はありませんでしたので、夢の実現に向けて何かをすることはできていませんでした。

15歳で高校に進学する際に、両親や先生に思い切って「雪の降るところに進学したい」と伝えてみました。反対されると思っていましたが、周りからの賛成を受け、山形県の高校に入学して、ようやく競技スキーができる環境を手に入れました。

高校では、周りのレベルが高く、大会の成績も後ろから数えた方が早い状況でした。「やっぱり無理かもな」という気持ちになり、挫折感を味わいました。でも、自分が「やりたい」と言った責任もあったので、なんとか踏みとどまることができていました。

大学生になって、スノーボードと出会いました。何度も何度も練習をすることで、コツをつかみました。24歳で日本一になり、日本代表になりましたが、ポイントなどの条件を満たすことができず、オリンピックの出場はかないませんでした。

27歳で再び日本一になったものの、その後結果が出せず、日本代表からもはずれてしまいました。オリンピックがどんどん遠のいていきます。それでも、あきらめず、道具の研究をしたり、自分の弱点を克服するトレーニングをしたりしました。

そして、30歳で日本一となり、ようやくオリンピックへの出場を実現しました。

■幸せになる（夢をかなえる）ためのステップ

鶴岡さんの話から、幸せになる（夢をかなえる）ためのステップを学びました。

- ①夢をもつ ②心の中で夢をもち続ける ③人に夢を伝える（宣言する）
- ④努力し続ける ⑤うまくいかず挫折する ⑥挫折を力にして這い上がる
- ⑦工夫や研究で克服する ⑧夢が実現する

「人間は負けたら終わりなのではない。辞めたら終わりなのだ。」アメリカ第37代大統領リチャード・ニクソン

1月の予定



日	曜	行事予定	帰会終了	下校完了	部活
1	木	元日			
2	金				
3	土				
4	日				
5	月				
6	火				
7	水	冬季休業明け授業開始日	14:00	14:10	×
8	木	学年ST	15:10	15:20	×
9	金		16:00	16:40	○
10	土				
11	日				
12	月	成人の日			
13	火		16:00	16:40	○
14	水	3年学年末テスト	15:10	15:20	×
15	木	全校ST	15:00	16:10	×
16	金	にじわか文森研修	16:00	16:40	○
17	土				
18	日				
19	月		15:00	15:10	×
20	火		16:00	16:40	○
21	水	拡大執行部会	14:40	15:20	×
22	木	学年ST	16:00	16:10	×
23	金		16:00	16:40	○
24	土				
25	日				
26	月	三者懇談①(1・2年)	15:00	15:10	×
27	火	三者懇談②(1・2年)	15:30	16:00	○
28	水	三者懇談③(1・2年)	14:35	15:20	×
29	木	三者懇談④(1・2年)	15:30	15:40	×
30	金	三者懇談⑤(1・2年)	15:30	16:00	○
31	土				

【2月・3月の主な行事】

2月12日(木)、13日(金)
1・2年期末テスト
3月4日(水)、5日(木) 公立高校入試
3月6日(金) 卒業式
3月26日(木) 修了式

【東中生の活躍】



- 第61回 加茂駅伝大会 第5位
切手一綺(2区区間賞)
- 第55回 岐阜県中学校新人剣道大会
女子団体 敢闘賞
- 2025美濃加茂市民卓球大会
ジュニア男子シングルス 第3位 古田卓也
- 善行表彰
美濃加茂市ジュニアリーダーズ活動
古田 卓也
- 岐阜県バレーボール中学生新人大会 女子
可茂地区予選会 準優勝
- 第三十五回野尻杯剣道大会
個人中学二年男子の部 優勝 松村 拓実
個人中学二年女子の部 三位 内記 心春
- 令和7年度可茂地区スポーツ少年団連絡協議
会主催スポーツ交流大会
優勝 松村 拓実

【PTA教育講演会のご案内】



- 日時 令和8年2月27日(金)
15時～15時50分
※授業参観後に実施します。
- 場所 東中学校 体育館
- 演題 「いのちの理由
コウノドリ現場から、あなたへ」
- 講師 岐阜県総合医療センター
新生児内科 主任医長 寺澤大祐先生
- 紹介 1979年富山県出身
岐阜県教育委員会「いのちの教育」ア
ドバイザー(2024年5月～)
岐阜市人権教育・啓発推進協議会委員
(2025年4月～) 他多数の役員を兼務

【冬休み中の連絡について】

冬季休業中の東中学校に日直を置く日は、
1月5日(月)と6日(火)の2日間だけになり
ます。何かありましたら、ご連絡ください。
東中学校 25-3885 8:00～16:30
※上記時間帯以外はつながりません。ご容赦くだ
さい。

12月27日(土)～1月4日(日)までの
間で緊急のことがある場合は関係機関に連絡く
ださい。

美濃加茂市役所 25-2111(代)
加茂警察署 25-0110(代)
中濃子ども相談センター 25-3111(代)

年明けに元気な姿の皆さんに会えることを楽し
みにしています！



Passos para ser feliz (realizar seus sonhos) – Da “Sala de Aula Yume” do 2º ano –

Diretor Itazu Hidefumi

■Realizamos a “Sala de Aula Yume”

De 16 de dezembro, durante quatro dias, realizamos a “Sala de Aula Yume” do Projeto Coração da JFA com os alunos do 2º ano. Convidamos atletas e ex-atletas de várias modalidades para jogos e conversas sobre sonhos. Um deles foi o snowboarder Kentaro Tsuruoka, da província de Chiba, que participou dos Jogos Olímpicos de Turim 2006 e teve grande destaque no snowboard japonês.

■O caminho até a participação nas Olimpíadas

Conheci o esqui por volta dos 3 anos de idade. Aos 10 anos, passei a sonhar em me tornar atleta de esqui. Guardei esse sonho no coração por muito tempo, mas, como morava na província de Chiba, não havia um ambiente onde eu pudesse me dedicar ao esqui, e não consegui fazer nada de concreto para realizar esse sonho. Ao ingressar no ensino médio aos 15 anos, tive coragem de dizer aos meus pais e professores que queria estudar em um lugar onde nevasse. Achei que seria contra, mas recebi apoio e entrei em uma escola em Yamagata, onde finalmente pude ter um ambiente para praticar o esqui competitivo.

No ensino médio, o nível ao meu redor era muito alto, e meus resultados nas competições ficavam entre os últimos. Pensei que talvez não fosse possível e senti frustração. Mesmo assim, por ter sido eu quem disse que queria tentar, consegui continuar.

Na universidade, conheci o snowboard. Treinando repetidas vezes, consegui pegar o jeito. Aos 24 anos, tornei-me campeão do Japão e integrante da seleção nacional, mas não alcancei os requisitos necessários e não consegui ir às Olimpíadas.

Aos 27 anos, voltei a ser campeão japonês, mas depois os resultados não vieram, e fui retirado da seleção. As Olimpíadas pareciam cada vez mais distantes. Ainda assim, não desisti: pesquisei equipamentos e treinei para superar meus pontos fracos.

E, aos 30 anos, tornei-me campeão do Japão mais uma vez e, finalmente, realizei o sonho de participar das Olimpíadas.

■Passos para ser feliz (realizar seus sonhos)

A partir da história do Sr. Tsuruoka, aprendemos os passos para ser feliz (realizar sonhos).

- ① Ter um sonho ② Continuar mantendo o sonho no coração
- ③ Contar o sonho às outras pessoas (declarar) ④ Continuar se esforçando
- ⑤ As coisas não dão certo e vem a frustração ⑥ Usar a frustração como força para se reerguer
- ⑦ Superar com criatividade e pesquisa ⑧ O sonho se realiza

“O ser humano não termina quando perde. Termina quando desiste.”

Richard Nixon, 37º presidente dos Estados Unidos

1月の予定

日	曜	行事予定	帰会終了	下校完了	部活
1	qui	Dia de Ano Novo (1º de janeiro)			
2	sex				
3	sab				
4	dom				
5	seg				
6	ter				
7	qua	Início das aulas após as férias	14:00	14:10	×
8	qui	“Reunião/Treinamento do Ano Escolar”	15:10	15:20	×
9	sex		16:00	16:40	○
10	sab				
11	dom				
12	seg	成人の日			
13	ter		16:00	16:40	○
14	qua	Prova final do 3º ano	15:10	15:20	×
15	qui	Reunião geral da escola	15:00	16:10	×
16	sex	Treinamento “Nijiwaka”	16:00	16:40	○
17	sab				
18	dom				
19	seg		15:00	15:10	×
20	ter		16:00	16:40	○
21	qua	Reunião Ampliada da Diretoria Executiva	14:40	15:20	×
22	qui	“Reunião o/Treinamento do Ano Escolar”	16:00	16:10	×
23	sex		16:00	16:40	○
24	sab				
25	dom				
26	seg	Reunião de pais e mestres (1,2 ano)	15:00	15:10	×
27	ter	Reunião de pais e mestres (1,2 ano)	15:30	16:40	○
28	qua	Reunião de pais e mestres (1,2 ano)	14:35	15:20	×
29	qui	Reunião de pais e mestres (1,2 ano)	15:30	15:40	×
30	sex	Reunião de pais e mestres (1,2 ano)	15:30	16:40	○
31	sab				

【 Principais eventos de fevereiro e março 】

12 e 13 de fevereiro (qui, sex): Provas finais 1º e 2º anos
4 e 5 de março (qua, qui): Exame de admissão para escolas públicas
6 de março (sex): Cerimônia de formatura
26 de março (qui): Cerimônia de encerramento do ano letivo

【 Conquistas dos alunos da Higashi 】

- 61ª Corrida de Revezamento de Kamo: 5º lugar (Kitte Ikki, prêmio de melhor etapa 2)
- 55º Campeonato de Kendo Infantil de Gifu: prêmio de perseverança, equipe feminina
- Torneio de Tênis de Mesa de Minokamo 2025: 3º lugar, Takuya Furuta, juvenil masculino
- Reconhecimento de Bom Cidadão: atividades do Junior Leaders de Minokamo, Takuya Furuta
- Campeonato de Voleibol Feminino de Gifu: 2º lugar na preliminar da região de Kamo
- 35º Torneio Nojiri de Kendo: 1º lugar masculino 2º ano, Takumi Matsumura; 3º lugar feminino 2º ano, Koharu Naiki
- Torneio de Intercâmbio Esportivo da Região de Kamo: campeão, Takumi Matsumura



【 Convite para a Palestra Educacional 】



- **Data e horário:** 27 de fevereiro de 2026 (sexta-feira), 15h00–15h50
- ✂ Será realizada após a observação das aulas.
- **Local:** Ginásio da Escola Higashi
- **Tema:** “O Valor da Vida – Do Trabalho do Cegonha para Você”
- **Palestrante:** Dr. Daisuke Terasawa, chefe do Departamento de Neonatologia, Centro Médico Geral de Gifu
- **Sobre o palestrante:** Nascido em 1979, Toyama. Assessor de Educação sobre a Vida da Comissão de Educação de Gifu (desde maio de 2024) e membro de várias comissões de educação e direitos humanos de Gifu.

【 Contato Durante as Férias de Inverno 】

Contato – Férias de Inverno

Plantão na escola: **5 e 6 de janeiro, 8h00–16h30** (Tel: 25-3885).

Emergências entre 27/12 e 4/01: contate órgãos competentes.

Prefeitura de Minokamo 25-2111 (代)

Delegacia de Kamo 25-0110 (代)

Centro de Apoio à Criança de Chūnō 25-3111 (代)

“Estamos ansiosos para ver todos vocês com muita energia no início do ano!”



東中通信

School's
Educational Goal
Act for your own
and everyone's
happiness

みのかも教育 21 FROM 0
age Plan 「Raising children
who can create the happy
future they envision」

TEL(0574)25-3885 FAX(0574)25-3886 E-Mail : higashi-jhs@edu.forest.minokamo.gifu.jp

Steps to becoming happy (to make your dreams come true)

卒幸せになる（夢をかなえる）ためのステップ
～From the 2nd grade 「Dream Classroom」～
～2年生「夢の教室」から～

Principal Hidefumi ITAZU 校長 板津 英文

■ 「Dream Classroom」 was held. 「夢の教室」を行いました

For four days starting from December 16th, 2nd grade's students participated in the JFA Heart Project 「Dream Classroom」. We invited players from various sports, as well as alumni, to play games and listen to talks about dreams. We invited five people. We would like to introduce one of them, Mr. Kentaro Tsuruoka.

Mr. Tsuruoka is a snowboarder from Chiba Prefecture. He competed in the parallel giant slalom event at the 2006 Turin Olympics. He also led the Japanese snowboarding world, winning the All Japan Championships four times and taking a bronze medal at the Asian Championships. The following is what Mr. Tsuruoka had to say.

12月16日からの4日間、2年生でJFAころのプロジェクト「夢の教室」を行いました。様々な競技の選手、OB、OGを招いてゲームをしたり、夢についてお話を聴いたりしました。5名の方をお招きしました。その中のお一人、鶴岡剣太郎さんを紹介いたします。鶴岡さんは、千葉県出身のスノーボードの選手です。2006年のトリノオリンピックでは、パラレル大回転という種目に出場されました。他にも、全日本選手権で通算4回優勝、アジア選手権で銅メダルを獲得されるなど、日本のスノーボード界をけん引されました。以下は、鶴岡さんからの話です。

■ The road to the Olympics オリンピック出場までの道のり

I first encountered skiing when I was three years old. At the age of 10, I dreamed of becoming a competitive skier. I always had this dream in my heart, but in Chiba Prefecture where I lived, there was no environment where I could devote myself to skiing, so I was never able to do anything to make my dream come true.

When I was 15 and ready to go to high school, I spoke out to my parents and teachers that I wanted to go to a place where it snows. I thought they would be against it, but everyone around me supported me, and I was able to enter a high school in Yamagata Prefecture, where I finally had the opportunity to ski competitively.

In high school, the level of the people around me was so high that I was counting my results in competitions from the back. I felt like "Maybe I can't do it after all", and I felt frustrated. But I also had a responsibility to myself because I said I wanted to do it, so I somehow managed to hold on.

I discovered snowboarding when I became a university student. By practicing over and over again, I got the hang of it. At the age of 24, I became number one in Japan and represented Japan, but I was unable to meet the requirements for points and other qualifications, so I was unable to compete in the Olympics.

At the age of 27, I became number one in Japan again, but failed to achieve any results thereafter and was dropped from the Japanese national team. The Olympics became more and more distant. Still, I did not give up, and studied equipment and trained to overcome my weakness.

Then, at the age of 30, I became number one in Japan and finally achieved my goal of competing in the Olympics.

3歳の頃スキーと出会いました。10歳でスキーの選手になることを夢見ました。この想いを心の中にずっと持ち続けてはいましたが、住んでいる千葉県では、スキー競技に没頭できる環境はありませんでしたので、夢の実現に向けて何かをすることはできていませんでした。15歳で高校に進学する際に、両親や先生に思い切って「雪の降る場所に進学したい」と伝えてみました。反対されたと思っていましたが、周りからの賛成を受け、山形県の高校に入学して、ようやく競技スキーができる環境を手に入れました。

高校では、周りのレベルが高く、大会の成績も後から教えた方が早い状況でした。「やっぱり無理かな」という気持ちになり、挫折感を味わいました。でも、自分が「やりたい」と言った責任もあったので、なんとか踏みとどまることができていました。大学生になって、スノーボードと出会いました。何度も何度も練習をすることで、コツをつかみました。24歳で日本一になり、日本代表になりましたが、ポイントなどの条件を満たすことができず、オリンピックの出場はできませんでした。27歳で再び日本一になったものの、その後結果が出せず、日本代表からはずれてしまいました。オリンピックがどんどん遠のいていきます。それでも、あきらめず、道具の研究をしたり、自分の弱点を克服するトレーニングをしたりしました。

そして、30歳で日本一となり、ようやくオリンピックへの出場を実現しました。

■ Steps to becoming happy (to make your dreams come true) 幸せになる（夢をかなえる）ためのステップ

From Mr. Tsuruoka's talk, we learned the steps to happiness (achieving dreams).

- ① Have a dream. ② Keep the dream alive in your heart. ③ Tell others about your dream (declare it).
- ④ Keep trying. ⑤ Get frustrated when things don't go well. ⑥ Use the frustration as strength to get back on your feet. ⑦ Overcome with ingenuity and research. ⑧ Make your dream come true.

「A man is not finished when he loses. He is finished when he quits.」 - Richard Nixon, 37th President of the United States.

鶴岡さんの話から、幸せになる（夢をかなえる）ためのステップを学びました。

- ① 夢をもつ ② 心の中で夢をもち続ける ③ 人に夢を伝える（宣言する） ④ 努力し続ける ⑤ うまくいかず挫折する ⑥ 挫折を力にして這い上がる ⑦ 工夫や研究で克服する ⑧ 夢が実現する

「人間は負けたら終わりなのではない。辞めたら終わりなのだ。」アメリカ第37代大統領リチャード・ニクソン

January Schedule

Date	Day	Events	End of meeting	Dismissal time	Club
1	Thu	New Year's Day			
2	Fri				
3	Sat				
4	Sun				
5	Mon				
6	Tue				
7	Wed	First day of classes after winter break	2:00	2:10	×
8	Thu	Grade ST	3:10	3:20	×
9	Fri		4:00	4:40	○
10	Sat				
11	Sun				
12	Mon	Coming-of-Age Day			
13	Tue		4:00	4:40	○
14	Wed	3rd Grade End of year test	3:10	3:20	×
15	Thu	Grade ST	3:00	4:10	×
16	Fri	Niji/Wakaba Bunka no Mori training	4:00	4:40	○
17	Sat				
18	Sun				
19	Mon		3:00	3:10	×
20	Tue		4:00	4:40	○
21	Wed	Expanded Executive Committee	2:40	3:20	×
22	Thu	Grade ST	4:00	4:10	×
23	Fri		4:00	4:40	○
24	Sat				
25	Sun				
26	Mon	Parent-Teacher-Student Meeting ① 1st/2nd Grades	3:00	3:10	×
27	Tue	Parent-Teacher-Student Meeting ② 1st/2nd Grades	3:30	4:40	○
28	Wed	Parent-Teacher-Student Meeting ③ 1st/2nd Grades	2:35	3:20	×
29	Thu	Parent-Teacher-Student Meeting ④ 1st/2nd Grades	3:30	3:40	×
30	Fri	Parent-Teacher-Student Meeting ⑤ 1st/2nd Grades	3:30	4:40	○
31	Sat				

【February・March Main Events】

Feb. 12(Thu) & 13(Fri)
1st・2nd Grader Year End Test
Mar. 4(Wed) & 5(Thu) Public High School
Entrance Exam 公立高校入試
Mar. 6(Fri) Graduation Ceremony 卒業式
Mar. 26(Thu) End of year ceremony

【東中生の活躍】

- 第61回 加茂駅伝大会 第5位
切手一綺（2区区間賞）
- 第55回 岐阜県中学校新人剣道大会
女子団体 敢闘賞
- 2025美濃加茂市民卓球大会
ジュニア男子シングルス 第3位 古田卓也
- 善行表彰
美濃加茂市ジュニアリーダーズ活動
古田 卓也
- 岐阜県バレーボール中学生新人大会 女子
可茂地区予選会 準優勝
- 第三十五回野尻杯剣道大会
個人中学二年男子の部 優勝 松村 拓実
個人中学二年女子の部 三位 内記 心春
- 令和7年度可茂地区スポーツ少年団連絡協議
会主催スポーツ交流大会
優勝 松村 拓実



【PTA Educational Lecture Information】

- Date February 27th (Fri), 2026
3pm ~3:50pm
※This will be held after class visit
- Place Higashi JHS gymnasium
- Title 「The reason for life
from the Stork filed to you」
- Lecturer Gifu Prefectural General Medical
Center, Dr. Daisuke Terasawa
Chief Physician, Department of
Neonatal Medicine
- Profile Born in Toyama Prefecture in 1979
Gifu Prefectural Board of Education, Adviser
For Education of Life, since May, 2024
Member of the Gifu City Human Rights
Education and Awareness Promotion Council
(since April 2025 and numerous other positions).



【Contact during winter break】

During the winter break, Higashi Junior High School will only have staff on duty for two days: Jan. 5th (Mon) and 6th (Tue).

Please contact us if you need anything.

Higashi JHS 25-3885 8:00~16:30

※Please note that you will not be able to contact us except the above hours.

If you have an emergency between Dec. 27th (Sat) and Jan. 4th (Sun), please contact the relevant authorities.

Minokamo City Hall 25-2111 (代)
Minokamo Police Station 25-0110 (代)
Chuno Kodomo Consultation Center
25-3111 (代)

We are looking forward to seeing you all in good health in the new year!

年明けに元気な姿の皆さんに会えることを楽しみにしています！