

岡文化賞

元金沢市長(故)岡 良一氏からの寄託金をもとに、昭和56年から金沢市内中学校の文化活動の奨励や情操豊かで創造的な生徒の育成を目的に、優れた文化活動を行った中学校や生徒を表彰しています。

(故)岡 良一氏は、昭和47年から6年間、金沢市長として、緑豊かな、教育と文化の街づくりを推進されました。また、石川県議会議員、金沢市議会議員、衆議院議員、金沢市長を歴任され、昭和62年に名誉市民の称号を受けられました。



金沢市民憲章

金沢を愛するわたくしたちは、兼六園の四季のいろいろ、犀川・浅野川の清い流れ、山や街の豊かな緑、かおり高い伝統文化を誇りとし、希望と活力にみちたはたらく基盤と、創造性あふれる教育・文化の華さくまちづくりにつとめます。

- 1 ひらこう 世界と未来に 心の窓を
- 1 めざそう いきいきと明るい 暮らしの創造を
- 1 まもろう 美しい心と ふるさとの自然を
- 1 つなごう みんなの力で まちづくりの手を
- 1 きずこう 個性ゆたかな あすの金沢を

第24回 岡文化賞授与式



主催 金沢市・金沢市教育委員会
日時 平成15年11月15日(土)
13:10~14:30
会場 金沢市文化ホール

*式次第

開式の辞				
市民憲章唱和				
選考経過報告	選考委員長	石原	多賀子	
賞状授与	金沢市長	山出	保	
式辞	金沢市長	山出	保	
祝辞	金沢市議会議長	安達	前	
励ましの言葉	金沢市教育委員会委員長	津川	龍三	
来賓紹介				
謝辞	各受賞者			
閉式の辞				

*受賞校・受賞者発表

音楽部門 金沢市立清泉中学校 吹奏楽部
英語部門 金沢市立西南部中学校 3年 相木 遥

第24回 岡文化賞受賞校・受賞者

《団体部門》

美術部門	金沢市立額中学校	美術部
音楽部門	金沢市立清泉中学校	吹奏楽部
〃	金沢市立長田中学校	吹奏楽部
演劇部門	金沢市立西南部中学校	演劇部

《個人部門》

文芸部門	金沢市立高尾台中学校	3年	山森 絢子
弁論部門	金沢市立泉中学校	3年	寺根 亜弥
書道部門	金沢市立泉中学校	3年	鶴見 弥生
社会部門	金沢大学教育学部附属中学校 (共同研究)	3年	喜多 勇仁
		3年	望月 嘉人
		3年	松原 明日香
		3年	池田 依代
理科部門	金沢市立大徳中学校	3年	末栄 彩夏
英語部門	金沢市立西南部中学校	3年	相木 遥

◇ 岡文化賞受賞校(者)一覧

〈団体賞〉		〈個人賞〉			
新聞部門	金沢市立紫錦台中学校	文芸部門	金沢市立野田中学校	3年	寺中 紀子
美術部門	金沢市立泉中学校	弁論部門	金沢市立金石中学校	1年	赤松 典子
音楽部門	金沢市立野田中学校	書道部門	金沢市立城南中学校	3年	宮野 さゆり
演劇部門	金沢市立紫錦台中学校	理科部門	金沢市立小將町中学校	2年	浅野 俊雄
		英語部門	金沢市立城南中学校	3年	菅波 亮介
新聞部門	金沢市立高岡中学校	文芸部門	金沢市立城南中学校	3年	原 理華
美術部門	金沢市立城南中学校	弁論部門	金沢市立泉中学校	3年	寺窪 和子
音楽部門	金沢市立森本中学校	書道部門	金沢市立小將町中学校	1年	辰橋 亜樹
社会部門	金沢市立医王山中学校	理科部門	金沢市立高尾台中学校	3年	高島 和宏
演劇部門	金沢市立野田中学校	英語部門	金沢市立鳴和中学校	3年	北 英樹
新聞部門	金沢市立金石中学校	文芸部門	金沢市立額中学校	3年	沢田 美穂
美術部門	金沢市立鳴和中学校	弁論部門	金沢市立兼六中学校	3年	折橋 麻由美
音楽部門	金沢市立紫錦台中学校	書道部門	金沢市立野田中学校	3年	河合 里美
社会部門	金沢市立額中学校	理科部門	金沢市立金石中学校	3年	松尾 江津子
演劇部門	金沢市立長田中学校	(共同研究)		3年	山谷 裕美
		英語部門	金沢市立城南中学校	3年	山本 静
新聞部門	金沢市立野田中学校	文芸部門	金沢市立額中学校	3年	松本 恵子
美術部門	金沢市立野田中学校	弁論部門	金沢市立紫錦台中学校	3年	今井 信也
音楽部門	金沢市立泉中学校	書道部門	金沢市立高岡中学校	3年	東谷 知
社会部門	金沢市立泉中学校	理科部門	金沢市立金石中学校	3年	長沖 竜二
演劇部門	金沢市立額中学校	英語部門	金沢市立城南中学校	3年	花井 克仁
新聞部門	金沢市立高尾台中学校	文芸部門	金沢市立城南中学校	3年	吉田 千春
美術部門	金沢市立浅野川中学校	弁論部門	金沢市立高岡中学校	3年	加賀美 貴子
音楽部門	金沢市立鳴和中学校	書道部門	金沢市立紫錦台中学校	3年	小柳 典子
社会部門	金沢市立高岡中学校	理科部門	金沢市立額中学校	3年	斉藤 雅子
演劇部門	金沢市立小將町中学校	(共同研究)		3年	能川 千由紀
		英語部門	金沢市立浅野川中学校	3年	小松 真吾
新聞部門	金沢市立野田中学校	文芸部門	金沢市立鳴和中学校	3年	木谷 久美子
美術部門	金沢市立浅野川中学校	弁論部門	金沢市立西南部中学校	3年	松村 聖実
音楽部門	金沢市立小將町中学校	書道部門	金沢市立金石中学校	3年	中村 友美
社会部門	金沢市立西南部中学校	理科部門	金沢市立野田中学校	3年	杉田 直彦
演劇部門	金沢市立金石中学校	英語部門	金沢市立泉中学校	3年	山口 裕子
新聞部門	金沢市立高尾台中学校	文芸部門	金沢市立城南中学校	3年	大島 典子
美術部門	金沢市立紫錦台中学校	弁論部門	金沢市立西南部中学校	3年	坂井 陽子
音楽部門	金沢市立西南部中学校	書道部門	金沢市立内川中学校	3年	小坂 美由紀
社会部門	金沢市立高尾台中学校	理科部門	金沢市立医王山中学校	3年	折池 光徳
演劇部門	金沢市立紫錦台中学校	(共同研究)		3年	高橋 一徳
		英語部門	金沢市立野田中学校	3年	山下 晴尚
新聞部門	金沢市立野田中学校	文芸部門	金沢市立額中学校	3年	竹部 絵理奈
美術部門	金沢市立泉中学校	弁論部門	金沢市立金石中学校	3年	麻井 献市
音楽部門	金沢市立高尾台中学校	書道部門	金沢市立紫錦台中学校	3年	前田 千恵子
社会部門	金沢市立芝原中学校	理科部門	金沢市立金石中学校	3年	新谷 満
演劇部門	金沢市立西南部中学校	(共同研究)		3年	村中 将起
				3年	宮村 和恵
		英語部門	金沢市立長田中学校	3年	宮下 欣也

	〈団体賞〉		〈個人賞〉					
第9回	新聞部門	金沢市立紫錦台中学校	文芸部門	金沢市立西南部中学校	3年	寺根	友代	
	美術部門	金沢市立額中学校	弁論部門	金沢市立芝原中学校	3年	諏訪木	友美	
	音楽部門	金沢市立長田中学校	書道部門	金沢市立森本中学校	3年	東川	圭子	
	社会部門	金沢市立泉中学校	理科部門	金沢市立小將町中学校	3年	片岡	進一郎	
	演劇部門	金沢市立金石中学校	英語部門	金沢市立長田中学校	3年	藤田	愛	
第10回	新聞部門	金沢市立西南部中学校	文芸部門	金沢市立城南中学校	3年	田中	祐子	
	美術部門	金沢市立兼六中学校	弁論部門	金沢市立野田中学校	3年	古屋	みどり	
	音楽部門	金沢市立高岡中学校	書道部門	金沢市立金石中学校	3年	紙井	千賀子	
	社会部門	金沢市立犀川中学校	理科部門	金沢市立港中学校	3年	中田	陽一	
	演劇部門	金沢市立大徳中学校	(共同研究)		3年	河村	明男	
				3年	生島	浩志		
				3年	星場	康志		
				3年	浜	宗明		
			英語部門	金沢市立大徳中学校	3年	崎田	英里	
第11回	新聞部門	金沢市立西南部中学校	文芸部門	金沢市立城南中学校	3年	高川	恵理	
	美術部門	金沢市立泉中学校	弁論部門	金沢市立西南部中学校	3年	奥野	晶子	
	音楽部門	金沢市立兼六中学校	書道部門	金沢市立野田中学校	3年	小川	利恵	
	社会部門	金沢市立額中学校	理科部門	金沢市立高岡中学校	3年	堂田	浩司	
	演劇部門	金沢市立鳴和中学校	(共同研究)		3年	大野	隆志	
			英語部門	金沢市立額中学校	3年	畠山	通子	
第12回	新聞部門	金沢市立小將町中学校	文芸部門	金沢市立高尾台中学校	3年	和田	千絵子	
	美術部門	金沢市立長田中学校	弁論部門	金沢市立大徳中学校	3年	松浦	弘子	
	音楽部門	金沢市立北鳴中学校	書道部門	金沢市立額中学校	3年	大林	麗子	
	社会部門	金沢市立内川中学校	理科部門	金沢市立森本中学校	3年	荒井	雄一	
	演劇部門	金沢市立西南部中学校	(共同研究)		3年	山本	充巨	
				3年	中田	章弘		
				3年	橋尾	邦彦		
			英語部門	金沢市立額中学校	3年	安多	寿人	
第13回	新聞部門	金沢市立西南部中学校	文芸部門	金沢市立城南中学校	3年	村井	美幸	
	美術部門	金沢大学教育学部附属中学校	弁論部門	金沢市立泉中学校	3年	池島	信宏	
	音楽部門	金沢市立浅野川中学校	書道部門	金沢市立大徳中学校	3年	田中	律子	
	社会部門	金沢市立北鳴中学校	理科部門	金沢市立泉中学校	3年	高木	重道	
	演劇部門	金沢市立浅野川中学校	英語部門	金沢市立西南部中学校	3年	瀬川	義貴	
第14回	新聞部門	金沢市立紫錦台中学校	文芸部門	金沢市立城南中学校	3年	小椋	陽子	
	美術部門	金沢市立高尾台中学校	弁論部門	金沢大学教育学部附属中学校	3年	大徳	朋子	
	音楽部門	金沢市立港中学校	書道部門	金沢市立北鳴中学校	3年	小野	麻里子	
	社会部門	金沢市立犀生中学校	理科部門	金沢市立西南部中学校	3年	松戸	啓枝	
	演劇部門	金沢市立長田中学校	英語部門	金沢市立高岡中学校	3年	瀬戸	良枝	
第15回	新聞部門	金沢市立泉中学校	文芸部門	金沢市立西南部中学校	3年	余川	雪	
	美術部門	金沢市立野田中学校	弁論部門	金沢市立高尾台中学校	3年	中嶋	香織	
	音楽部門	金沢市立芝原中学校	書道部門	金沢市立野田中学校	3年	百海	まこと	
	社会部門	金沢大学教育学部附属中学校	理科部門	金沢市立野田中学校	3年	児玉	拓之	
	演劇部門	金沢市立野田中学校	英語部門	金沢市立高岡中学校	3年	上野	雅恵	
第16回	新聞部門	金沢市立紫錦台中学校	文芸部門	金沢市立西南部中学校	3年	新屋	望	
	美術部門	金沢市立金石中学校	弁論部門	金沢市立高尾台中学校	3年	水野	明日香	
	音楽部門	金沢市立城南中学校	書道部門	金沢市立大徳中学校	3年	小幡	健太郎	
	社会部門	金沢市立高尾台中学校	理科部門	金沢市立泉中学校	3年	西野	健太郎	
	演劇部門	金沢市立城南中学校	英語部門	金沢市立兼六中学校	3年	本田	桐子	

	〈団体賞〉		〈個人賞〉					
第17回	新聞部門	金沢市立紫錦台中学校	文芸部門	金沢市立西南部中学校	3年	宮野	理恵	
	美術部門	金沢市立城南中学校	弁論部門	金沢市立西南部中学校	1年	田中	美紀子	
	音楽部門	金沢市立金石中学校	書道部門	金沢市立野田中学校	3年	安川	久美子	
	社会部門	金沢市立泉中学校	理科部門	金沢市立森本中学校	3年	河地	良典	
	演劇部門	金沢市立城南中学校	英語部門	金沢市立浅野川中学校	3年	見崎	絵理	
第18回	新聞部門	金沢市立泉中学校	文芸部門	金沢市立高尾台中学校	3年	伊藤	恵里	
	美術部門	金沢市立小将町中学校	弁論部門	金沢大学教育学部附属中学校	3年	田井	慎太郎	
	音楽部門	金沢市立大徳中学校	書道部門	金沢市立清泉中学校	3年	森下	景子	
	社会部門	金沢市立大徳中学校	理科部門	金沢市立泉中学校	3年	野崎	いづみ	
	演劇部門	金沢市立額中学校	英語部門	金沢市立城南中学校	3年	伊藤	友実	
	放送部門	金沢市立大徳中学校						
第19回	新聞部門	金沢市立紫錦台中学校	文芸部門	金沢市立高尾台中学校	3年	小堀	由美子	
	美術部門	金沢市立高岡中学校	弁論部門	金沢市立西南部中学校	3年	田中	美紀子	
	音楽部門	金沢市立森本中学校	書道部門	金沢市立長田中学校	3年	宿野	智恵	
	社会部門	金沢市立医王山中学校	理科部門	金沢市立野田中学校	3年	野村	マリ	
	演劇部門	金沢市立野田中学校	英語部門	金沢市立西南部中学校	3年	千田	幸子	
	放送部門	金沢市立長田中学校						
第20回	新聞部門	金沢市立紫錦台中学校	文芸部門	金沢市立高尾台中学校	3年	田中	空見子	
	美術部門	金沢市立額中学校	弁論部門	金沢市立犀生中学校	3年	高安	育美	
	音楽部門	金沢市立森本中学校	書道部門	金沢市立北鳴中学校	3年	松下	紘子	
	社会部門	金沢大学教育学部附属中学校	理科部門	金沢市立高岡中学校	3年	八田	敦史	
	演劇部門	金沢市立高尾台中学校		(共同研究)	3年	立川	雄大	
		金沢市立大徳中学校	英語部門	金沢市立城南中学校	3年	木村	元重子	
第21回	新聞部門	金沢市立高岡中学校	文芸部門	金沢市立高尾台中学校	3年	前川	知希	
	美術部門	金沢市立大徳中学校	弁論部門	金沢大学教育学部附属中学校	3年	野田	知里	
	音楽部門	金沢市立泉中学校	書道部門	金沢市立浅野川中学校	3年	南部	絵美	
	社会部門	金沢市立緑中学校	理科部門	金沢市立高尾台中学校	3年	八木	夏希	
	演劇部門	金沢市立高岡中学校	英語部門	金沢市立西南部中学校	3年	久保	沙弥佳	
		金沢市立野田中学校・清泉中学校合同演劇部						
第22回	新聞部門	金沢市立紫錦台中学校	文芸部門	金沢市立大徳中学校	3年	北川	薫	
	美術部門	金沢市立鳴和中学校	弁論部門	金沢市立泉中学校	1年	前田	美羽	
	音楽部門	金沢市立泉中学校		金沢市立野田中学校	1年	浅井	七沙	
	演劇部門	金沢市立城南中学校	書道部門	金沢市立高尾台中学校	3年	小原	美紗	
	放送部門	金沢市立兼六中学校	社会部門	金沢市立北鳴中学校	1年	長東	将也	
		金沢市立港中学校	理科部門	金沢市立港中学校	3年	堀内	英完	
第23回	新聞部門	金沢市立紫錦台中学校	文芸部門	金沢市立高尾台中学校	3年	宮岸	由佳	
	美術部門	金沢市立城南中学校	弁論部門	金沢市立犀生中学校	3年	長田	なつみ	
	音楽部門	金沢市立芝原中学校	書道部門	金沢市立泉中学校	3年	村端	彩加	
	演劇部門	金沢市立犀生中学校	社会部門	金沢市立医王山中学校	3年	木下	剛志	
	演劇部門	金沢市立紫錦台中学校		(共同研究)	3年	寺山	亜生	
	〈特別部門〉		理科部門	金沢市立港中学校	3年	田中	秀幸	
奨励賞	金沢市立緑中学校	英語部門	金沢市立鳴和中学校	3年	野口	真規子		

私のクラス革命

金沢市立西南部中学校 3年 相木 遥

私はこの14年間でたくさんを経験してきた。しかし決してすべてがすてきなものばかりではなかった。それでもあのときの経験があったから今の私があるのだ。

中学一年の時、私は「ある意味ヤバイクラス」の副会長をしていた。そのクラスは一見とてもまじめに見えた。でも私たちはたくさんのおじめの問題を持っていたのだ。教室は私たちにとって小さな社会だった。権力がすべてであった。何人かの女子が権力を持っていた。誰も彼女たちには逆らわなかった。私も含めみんなその女子たちについて行った。なぜならそれが安全だったからだ。みんなおじめのターゲットになることを恐れていた。

私が副会長になった後のある日、私はおじめのターゲットになっていた。私がクラスの世話をしていたから彼女たちを怒らせたのだ。次の日、誰も私に話しかけなかった。私のクラスには秘密のルールがあったのだ。私はなぜみんなに無視されるのかわからなかった。リーダー格の子に何かしたとは思っていなかった。もしも私が謝れば、そのときターゲットになることは終わっていただろう。でも私は謝らなかった。そして私の長い長い彼女たちとの戦いが始まった。彼女はいつも私に嫌みっぽく言った。「誰があいつを副会長に選んだんだよ！」と。私が作った作品が壁に飾られていると必ず穴があいていた。体育に時間は最悪だった。苗なら誰も私とチームを組んだりはしなかったからだ。私は彼女たちが大嫌いだった。私はそんな彼女たちのグループから抜けることの重要性を感じ始めていた。

私はずっと謝らなかった。だから私はずっとターゲットだった。私は何度も謝ってしまおうと考えた。しかしもし私が彼女に逆らうのをやめたら、私は何も変わらないと思った。私はこのくる明日からの奇妙なルールをなくしたいと思った。

ある日、二人の女の子が休み時間に私に話しかけてきた。そのうちの一人は元ターゲットで教科書を破られていた。何人かの男の子も加わり、私たちは友達になった。私たちはリーダーへの仕返しを計画し始めた。私は彼女に私やターゲットと同じ思いをさせてやりたかった。だから私は学級会で彼女が私たちに何をしてきたのがを全てあきらかにした。最後の学級会ではみんながお互いに全てを謝った。その後私たちの長い戦いはついに終わった。

その後クラスの全員が親しくなったわけではないが、以前のような問題は起こらなくなった。ついにみんなは楽しんで学校に来るようになった。私はこの結果は自然だと思う。それに私は本当の信頼できる友達を手に入れた。私が転校しなければならぬとき、一人のクラスメートが私に「ありがとう。」と言ってくれた。これは私たちが成功したことを意味するとは思いませんか。

教室は私たちにとってはすべてだ。わたしは自分たちのすることは何でも将来の役に立つと信じている。だから私はずっと心にとめておきたい。「人は全てのことに全力で取り組まなければならない」ということを。

第24回 岡文化賞受賞理由

(団体部門)

・美術部門 金沢市立額中学校 美術部

共同制作のペーパークラフトをはじめとして様々なジャンルの作品を制作するなどして、校内の常設ギャラリーや壁面に展示し美的環境づくりに貢献した点と、対外応募での受賞状況などが評価されました。

・音楽部門 金沢市立清泉中学校 吹奏楽部

年間を通して校内や地域での積極的な活動をしている点と、全日本吹奏楽コンクール県大会において金賞を受賞し、北陸大会に出場するなど、優秀な成績を収めたことが評価されました。

・音楽部門 金沢市立長田中学校 吹奏楽部

小中連携教育の一環として、校区の小学校や地域に出かけて数多くの演奏会を行っている点と、中部日本吹奏楽コンクール県大会において、金沢市内で唯一金賞を受賞するなど、優秀な成績を収めたことが評価されました。

・演劇部門 金沢市立西南部中学校 演劇部

部員20名で3年生が中心となって計画的に活動を進めている点と、「演劇フェスタ・春」において、『ミッキー風船は耳からしぼむ』を、テーマに沿って演技したことと効果的な演出をしたことが評価されました。

(個人部門)

・文芸部門 金沢市立高尾台中学校 3年 山森 絢子

「金沢市中学生文芸作品創作コンクール」に応募した短歌集『軌跡』が、一つ一つの作品に創作力の高さが感じられる点と、日頃からの創作活動における活躍が評価されました。

・ 弁論部門 金沢市立泉中学校 3年 寺根 亜弥

「金沢市中中学生からのメッセージ発表会」の『私の考える男女共同参画』と題したスピーチにおいて、討論会に参加した体験を通して、性による差別をなくし、個々の個性を生かせる環境づくりの大切さを聴衆に訴えた点が評価されました。

・ 書道部門 金沢市立泉中学校 3年 鶴見 弥生

毛筆行書体の条幅作品『真実一路』を書くにあたり、数ヶ月にわたり手本選び・夏休みの練習会・何百枚にも至る下書きを行うなどの努力と、筆圧・とめ・はね・払いなどがのびのびとした躍動感にあふれる作品を完成させた点が評価されました。

・ 社会部門 金沢大学教育学部附属中学校 3年 喜多 勇仁
(共同制作) 3年 望月 嘉人
3年 松原 明日香
3年 池田 依代

「金沢市中学校社会科生徒研究発表会」の『加賀料理のすべて』と題した共同研究の発表で、身近な疑問から研究を進め、校内アンケート・聞き取り調査など多様な調査活動を行った点と、プレゼンテーションを有効に利用するなど聴衆にわかりやすく発表した点が評価されました。

・ 理科部門 金沢市立大徳中学校 3年 末栄 彩夏

「金沢市中学校生徒理科作品研究発表会」の『タニシによる水の浄化を探る』と題した発表で、4年間にわたってタニシによる水の浄化能力を研究し、新たな疑問を解き明かしていこうとする姿勢と、観察の過程や結果を聴衆にわかりやすく発表した点が評価されました。

・ 英語部門 金沢市立西南部中学校 3年 相木 遥

「英語暗唱・スピーチコンテスト スピーチの部」の『My Class Revolution』と題したスピーチで、中学校1年生の時に数名の女子生徒からいじめのターゲットにされながらも、自分の信念を貫き最後には本当の友達を作ることができた経験談を、正確な発音と心のこもった話し方で聴衆に感銘を与えた点が評価されました。

I have experienced a lot in these fifteen years, but they were not always the nice ones. However, I'm here because of them.

When I was in the seventh grade, I was a vice president of "the Especially Dangerous Class." It looked like a very honest class, but we had many troubles with bullying. The classroom was a small society for us. Power was everything. Some girls had power. Nobody disobeyed them or they couldn't. Everyone including myself supported the girls because it was safe for them. Everyone humored her. Everyone feared being a target of bullying.

One day, I became a target after I became a vice president. I was an eyesore for them because I was taking care of the class. The next day, nobody spoke to me. Ignoring me was a secret rule in my class. I didn't know why I was ignored by everyone. I thought I didn't do anything to a leader. If I apologized, then being a target was over. But I didn't, so my long war against them had started. She always said ironically, "Who chose her to be a vice president!" When my works of art was on the class wall, someone made holes in them. When we had P.E., it was worse, because no one helped me. I hated them so much. During these days, I started to feel it was important to be out of such a group.

I didn't apologize for a long time, so I was still a target. I repeatedly thought of apologizing to the leader, but if I stopped disobeying her, I thought nothing will change. I wanted to put out this strange rule in my class.

One day, two girls took me out of the class in the break. One of the girls was a previous target which her text book was torn before. Some boys joined us too, and we became friends. We started to plan to revenge the leader. I wanted her to feel the same way the targets and I had felt. So I expose what she had done to us in homeroom. She also told us what she felt during these days. At the end of the homeroom, however, everyone apologized to each other. Therefore our long war was finished.

After this incident, not everyone was friendly but there were no trouble like before. At last every student in my class could come to school. I thought this result was natural. Moreover, I made friends who are very reliable. One of my classmates came to say thank you to me when I had to change the school. Don't you think it was our success?

The classroom is everything for us. I believe that everything we do is useful for the future. So I want to keep in mind that "one must always try their best."