



令和6年10月15日  
八王子市立上柚木中学校だより  
第6号(通算347号)  
校長 三田村 裕

## 開校30周年

平成6年(1994年)に15人の教職員と63人の生徒で開校した本校は、今年度、開校30周年を迎えました。こうした節目に居合わせることができることを、生徒や教職員、そして保護者や地域の方と共に喜びを分かち合いたいと思います。

10月24日(木)には、J:COMホール八王子で記念式典を挙ります。開式は午前10時30分です。また、28日(月)には全校生徒で校庭に人文字を作り、手にした色とりどりの風船を大空に向けて放ちます(雨天の場合は翌29日に順延)。保護者、地域の皆様もぜひご参加ください。お待ちしております。

### 合唱祭

文化的行事委員会委員長 堀越 信

今年度の合唱祭は、10月24日(木)午後0時30分開催予定です。スローガンは、『一唱懸命～最高で感動的なステージを～』となりました(本来は一生懸命ですが、スローガンに合わせて、あえて一唱懸命といたしました)。

10月7日(月)から合唱練習が本格化しました。毎回、練習時間の半分は、校内の特別教室(体育館、吹奏楽部室、音楽室)を使用しています。生徒は、他のクラスや他学年の練習の様子を見て、音程や調和などもっと追求しなければならないことや楽譜に書いてあることを全員で共通理解する必要性などに気づき、合唱祭実行委員やパートリーダーを中心に、よりよい練習方法を模索しています。そうした自主的・協働的な姿は、練習を重ねるごとにより見られるようになってきました。

発表直前まで練習を積み、当日、どのクラスも会場内いっばいに素敵な歌声を響かせてくれることでしょう。生徒の一唱懸命歌う姿を、多くの保護者の皆様にご観覧いただけましたら幸いです。ぜひご来場ください。そして各クラスの発表が終わりましたら、「よく頑張ったね」と大きな拍手を送っていただけましたら幸いです。

なお、会場には駐車場の用意がないことをご承知おきください。また、会場の入口のあるフロアは一般のお客様も使用されますので、ベルトパーテーション内にお並びいただくことがあるかもしれません。その折は、ご協力いただきますようお願いいたします。また、ホール内3階(ビルでいうと8階)部分は使用しません。

当日に向け、近日中にプログラムの配布をいたします。お子様からお受け取りください。

生徒にとっても保護者の皆様にとっても、最高で感動的なステージになることを祈っております。



## 開校30周年行事バルーンリリース

生徒会担当 村田 允



開校30周年行事を行う目的は、生徒と教員、保護者や地域の方が一体感をもって本校の節目を祝うこと、そして、この行事を通して参加者が上柚木中学校への誇りや愛校心を高めることです。この目的を踏まえ、また、生徒一人一人の心に「母校の30周年でこんなことをした」と記憶として長く残るためにどのようなことをしたらいいかを検討し、人文字を作り、その状態からバルーンリリースとを行うことにしました。

実施の日時は10月28日(月)6校時。天気が悪い場合は翌29日(火)に順延します。生徒が作る人文字は上柚木中学校の校章です。生徒一人一人が風船を持って校庭に並び、合図で一斉に風船を放ちます。この様子はドローンを使って撮影することになっていて、既に国土交通省に飛行許可を得ています。

風船にはバルーンカードを取り付けます。カードのデザインは全校生徒から募集し、16作品が集まりました。全校生徒による投票を行い、この中から選ばれたデザインを使います。

バルーンリリースには、希望する保護者にも参加していただきます。事前に申し込まれた保護者には生徒たちと一緒にバルーンリリースを楽しみたいと思います。また、全体の様子をご覧いただくだけでもけっこうです。ぜひお越しください。なお、風船とバルーンカードは全てが自然に還るものを使用します。

最後になりますが、バルーンリリースを行うために必要な経費は、これまでPTAが周年行事用に積み立ててくださったお金を使わせていただくことを報告させていただきますとともに、過去10年間のPTA会員の皆様に感謝申し上げます。

## 進路面談

第3学年主任 五十嵐 育子

10月31日(木)から11月8日(金)まで、第3学年では進路面談を行います。夏休み明けには、いくつかの高校を訪問したことで自分の高校生活のイメージが少しずつ固まってきた様子が見えました。今は1週間後に控えた合唱祭に向けて頑張っていますが、その合唱祭を終えると、いよいよ進路に向けて真剣に考える時期がやってきます。

今回の進路面談では、学校名など具体的な志望先などを挙げての話し合いとなります。第一志望は都立高校なのか私立高校なのか、また、推薦制度を活用するのかなど、進路の方向性を決める面談となります。志望校を具体的に絞るために、9月に実施した中間考査や復習確認テストの結果を踏まえ、期末考査に向けてどのように授業に取り組み、どのくらいの成績を残さなければならないのかなど、これからの学習への向き合い方を考える場でもあります。

進路選択で大切なことは家族との話し合いです。もちろん行きたい学校を選ぶのは本人ですが、まだまだ不安定な年頃です。制服や標準服のスタイルや校舎の綺麗さなど、外見だけを見て魅力を感じてしまう場合もあります。しかし、3年間通うには、毎日の通学の状況、カリキュラムや学校の雰囲気、実際に通っている生徒の雰囲気、その学校が目指している教育の内容などを知る必要があります。そのためにも保護者の助言が必要です。子供の話に耳を傾け、志望する学校のことを一緒に調べ、一



緒に学校見学に参加し、後押しをすることが子供のやる気と安心感につながります。ぜひ、たくさん話をして、同じ方向性をもって面談に臨んでいただきたいと思います。12月の面談では、私立高校の受験校は全て決定します。そのためにも今回の面談では様々な可能性について相談します。分からないこと、不安なことがありましたら、何でもご相談ください。有意義な時間にするためにもご協力をお願いいたします。

## アンガーマネジメント

第1学年主任 神保 真実

10月18日(金)の5、6校時に、第1学年では、一般社団法人アンガーマネジメントジャパンから講師をお迎えして、アンガーマネジメント講習を行います。

アンガーマネジメントとは、「怒り」を上手にコントロールし、付き合うための心理トレーニングのことです。日常生活を送る中で怒りを感じることは避けることのできないもので、人間にとって自然な感情です。したがって、アンガーマネジメントでは怒らないことを目標とするのではありません。怒る必要のあることは上手に怒り、怒る必要のないことは怒らなくて済むようになることを目標としているのです。

思春期を迎える中学生は心の成長と体の成長とのバランスがとれず、精神的に不安定になりがちです。不安定な気持ちは不安やストレスとなり、怒りにつながります。怒りの感情を上手に表現できないと、怒りに振り回されてしまい、何かに当たり散らしたり、自分や周りの友人を傷つ



けたり心にもないことを言うてしまうことがあります。アンガーマネジメント講習を通して、自分の中にある感情と向き合い、イライラしたときに心と体を落ち着かせる方法やイライラしないよう考え方を考える方法を学びます。講習を1回受ければすぐに成果が表れるとはなりませんが、考え方などを学び、これからの学校生活や人とのコミュニケーションに生かしてほしいと思っています。

## 投げ方教室

今年度、東京都や八王子市の指定を受け、Tokyo スポーツライフ推進指定地区の取組を行っているところですが、そのねらいは、上柚木中学校区の児童・生徒が運動やスポーツとの多様な関わりを通して、健康で活力に満ちた生活を送ることができるようにすることです。したがって、その中のテーマの一つには、小学校と中学校の連携があり、上柚木中学校区の愛宕小学校と上柚木小学校でも本校と同じように外部の講師を招いてスポーツ教室や授業内で指導をしていただいています。

こうした流れの中、私が愛宕小学校と上柚木小学校へ出向き、小学校1・2年生を対象に投げ方についての授業を行うことになりました。

東京都の児童・生徒の新体力テストの調査項目の平均数値は他県と比べて低い傾向にあります。中でもハンドボール(小学校ではソフトボール投げ)の数値は年々減少傾向にあります。何かを投

保健体育科 中村 悠太



げる力には巧み性の向上が必須となります。巧み性とは運動特性の力強さとタイミングの良さが要求され、瞬発力に加えて、運動を調整する能力です。また巧み性は様々なスポーツにおいてとても重要な運動特性であり、この特性を身に付けることで投力以外にも運動能力の向上が期待できます。

投げる動作には筋力よりも体を上手く使うこと（力の入れ方）がとても大切です。投力の課題は小学生も同じです。そのことから今回、上柚木小学校で授業をするにあたり投げ方についての授業内容のリクエストを受けました。授業内容はめんこを使用した力の入れ方、正しい投球動作（下半身と上半身のバランス）の習得、体全体のバランス感覚を調整するためのコーディネーショントレーニングを予定しています。よい機会なので投げるのが楽しいと思えるような授業をし、さらに投力の向上に微力ながら貢献したいと考えています。

### 上柚木中生の活躍

○ \_\_\_\_さん

「おいしい給食」コンテスト・中学生の部 優秀賞

○ \_\_\_\_さん

- ・八王子市中学校陸上競技大会・男子中学共通200m 24秒54 第5位
- ・八王子市民スポーツ大会陸上競技大会・男子中学3年100m 12秒06 第3位

○ \_\_\_\_さん

- ・日本パラ陸上（T47）MEN100m出場（全国・関東中学校体育大会に東京都及び八王子市の代表選手として出場）

### 11月末までの主な行事

- 10月18日（金）合唱祭予行、アンガーマネジメント（1年）
- 21日（月）生徒会朝礼、学校公開
- 23日（水）合唱祭前日指導
- 24日（木）開校30周年記念式典、合唱祭
- 28日（金）開校30周年記念パレードリリース
- 30日（水）復習確認テスト（3年）
- 31日（木）進路面談（3年11月8日まで）
- 11月 1日（金）がん教育（2年）
- 5日（火）専門委員会、代表委員生徒会交流
- 7日（木）中央委員会
- 8日（金）安全指導
- 11日（月）生徒会朝礼
- 13日（水）期末考査（15日まで）
- 18日（月）学校朝礼
- 19日（火）避難訓練
- 22日（金）受験用写真撮影（3年）、防災授業（1・2年）
- 29日（金）薬物乱用防止教室（2年）

学習教室実施日：11月6日(水)、7日(木)、8日(金)、11日(月)、12日(火)、20日(水)、25日(月)、27日(水)

### 不登校をテーマとした保護者サロン

教育委員会では不登校の子どもたちを支援するために、保護者対象の講演会を実施しています。

講演の中で小グループに分かれ、参加者の皆さん同士で日頃感じている思いや悩みを語り合う時間も予定しています。どうぞお気軽にご参加ください。

1. 対象 市内在住で小・中学生の保護者
2. 日時 11月19日（火）午後2時～午後4時30分
3. 会場 教育センター大会議室
4. 内容 講演「ゲームに夢中の子どもたち  
～親としてゲームをどう考えるか」  
講師：八王子市教育委員会教育指導課心理相談員
5. 定員 60名(先着順)
6. 申込み・ 11月1日（金）午前8時30分から受付開始
7. 問合せ 高尾山学園内 教育指導課登校支援担当  
(電話：663-3216)へお電話で