



八王子市立宮上中学校

令和7年9月12日

学校だより No.5

〔校訓〕自主・創造・協同、〔青少年スローガン〕ネット・LINEは10時まで、家庭でルールを決めましょう。

チームワークと心理的安全性

宮上中学校長 鷲尾 仁

2学期が始まり、ちょうどクラスの雰囲気落ち着いてくる頃になってきました。2学期は様々な活動や行事、大会があり、クラスや部活動としてのチームのまとまりが必要になります。それは、チームワークと言われます。チームワークは、ただ一緒に何かをするだけではありません。中学生にとって、**自分らしさを保ちながら他の人と協力する力**を育てる大切な行動です。チームワークを学ぶ大切さはつぎのようなことです。

- ① **目標達成の力が高まる** みんなで同じゴールに向かうことで、個人ではできないことも達成できるようになります。たとえば合唱コンクールの準備や部活動の試合など、協力がカギになる場面がたくさんあります。
- ② **コミュニケーション力が育つ** 自分の意見を伝えたり、相手の話を聞いたりすることで、自然と話す力や聞く力が身につきます。
- ③ **自信と自己肯定感がアップ** 「自分はチームの中で役に立ってる」と感じられると、自信につながるんだそうです。仲間からの「ありがとう」が心にしみた瞬間を経験したことがあるかもしれません。
- ④ **多様性を受け入れる力が育つ** いろんな考え方や性格の人と関わることで、「違って面白い！」って思えるようになります。
- ⑤ **社会で生きる力につながる** 将来、どんな仕事でもチームで動くことが多いので、今のうちから協力する力を育てておくときっと役立つと思います。

森の中では、いろんな植物がそれぞれの役割を果たして共に生きてるように、人もそれぞれ違うからこそ、チームが強くなったり、大きな力が出せるようになっていきます。

チームワークを改善するには、ちょっとした工夫と心がけが大きな力になります。

成功したチームの事例 Googleの研究チームが「心理的安全性」が高いチームほど成果を出せるという研究結果を発表しています。「**心理的安全性**」という言葉は、わかりづらい不思議な言葉ですが、とっても大切な考え方です。簡単に言うと、「**自分の意見を言っても、バカにされたり責められたりしない安心感がある状態**」のことです。たとえば授業中に手を挙げて発言したとき、もし間違っていたり、まわりが優しく受け止めてくれるなら、その教室は心理的安全性が高いということです。心理的安全性があると、

- ・ **挑戦する勇気がわく** 失敗しても大丈夫って思えるから、新しいことにチャレンジしやすくなる。
- ・ **自分の意見を言いやすくなる** 「こんなこと言ったら変かな…」って不安が減って、自由に話せるようになる。
- ・ **クラスの雰囲気がよくなる** みんなが安心して過ごせるから、自然と協力し合えるようになる。
- ・ **深い学びが生まれる** いろんな意見が出ることで、考えが広がって、より深く理解できるようになる。

雨上がりの森で小さな芽が安心して伸びていくように、心理的安全性があると人もぐんぐん成長できます。教室でも、たとえば、誰かが答えを間違えても「惜しい!」「なるほど、そう考えたんだね」と先生や友達が受け止めてくれたり、失敗しても「大丈夫だよ」「ナイスチャレンジ!」って声をかけてくれたりするだけで、次も頑張ろうって思えるようになります。ちょっとした行動や雰囲気づくりで、「心理的安全性」が高まります。

宮中生の活躍

<吹奏楽部>

第65回 東京都中学生吹奏楽コンクール B組 金賞

吹奏楽部は3年連続金賞受賞です!

<陸上部>

第71回全日本中学校通信陸上競技大会東京都大会

共通女子棒高跳 第7位 2m60

1年男子100m 第5位 12秒27

第76回はちおうじ T&Fトライアル

1・2年走高跳 第2位 1m41

共通女子棒高跳 第6位 2m42

2年女子100mH 第8位 17秒30

1年男子100m 第2位 12秒14

1・2年女子800m 第4位 2分33秒33

2年男子4×100mR 第5位 47秒02

2年女子4×100mR 第8位 55秒78

1年男子4×100mR 第7位 51秒96



第58回 青梅市陸上競技選手権大会

男子中学1年 100m 第1位 12秒20

男子中学2年 走高跳 第1位 1m55

男子中学1年1500m 第1位 4分37秒24(大会新記録)

女子中学1年 1500m 第1位 5分22秒81

男子中学2年 走高跳 第2位 1m50

女子中学2年 走高跳 第2位 1m45

裏面もご覧ください

<テニス部>

多摩地区中学校テニス大会 男子団体の部 第3位

東京都中学校テニス選手権大会 女子シングルス 地区代表認定

教育実習生が来ています

<(社会)>

緊張する毎日ではありますが、生徒の皆さんの温かさに支えられて、学びの多い期間にすることができております。9月26日までお世話になります。これからよろしく願いいたします。

<(音楽)>

9月と10月の、合わせて20日間、宮上中学校で勉強させていただきます。教科は音楽を担当します。ちょうど合唱コンクールに向けた練習が始まっていますので、歌うことが楽しいと思ってもらえるような授業ができるように頑張りたいと思っています。よろしくお願いいたします。



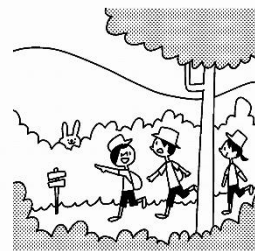
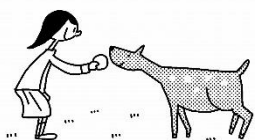
✧教育実習✧

自転車の安全な乗り方についてご家庭でもお話しください

八王子市教育委員会より、市内において自転車と車の衝突事故が発生したとの情報提供を受けています。すべての子どもたちが、「交通違反をしない」、「絶対に事故にあわない」ようにするためにも、各家庭におかれましては、「自転車安全クイズ」等をご活用いただき、今一度自転車の安全な乗り方についてお子様とお話しください。また、自転車に乗る際は、必ずヘルメットを着用すること、交差点では十分注意して走行することなど、声掛けをお願いします。

今後の予定

9月行事等			10月行事等		
14	日	修学旅行始(3)	1	水	移動教室始(1)
15	月	敬老の日	2	木	
16	火	修学旅行終(3)	3	金	移動教室終(1)
17	水	振替休業日(3)	4	土	英語検定
18	木	振替休業日(3)/定期考査1週間前(1,2,1組)	5	日	
19	金		6	月	朝礼/専門委員会
20	土	学習ひろば	7	火	移動教室前健康相談(1組)
21	日		8	水	合唱コンクール練習期開始
22	月	定期考査1週間前(3)	9	木	中央委員会
23	火	秋分の日	10	金	避難訓練
24	水		11	土	
25	木	第2回定期考査(1、2、1組)	12	日	
26	金	第2回定期考査(1、2、1組)	13	月	スポーツの日
27	土		14	火	
28	日		15	水	合唱コンクール予行
29	月	第2回定期考査(3)	16	木	
30	火	第2回定期考査(3)	17	金	



※学校からの連絡やご家庭からの欠席連絡に Home&School を活用しています。ご登録をお願いします。

ご案内不登校の子どもたちを支援する学校等の説明会

八王子市には、「高尾山学園」をはじめ、不登校の子どもたちを支援する学校等がいくつかあります。指導内容やスタッフ、申込みのシステム等にそれぞれ特色があります。

そこで、お子さんの状態や必要性に応じてご利用いただくために説明会を開催致します。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 10月4日(土) 午前10時から正午
3. 会場 八王子市教育センター 大会議室
4. 内容 (1) 高尾山学園・適応指導教室・総合教育相談室の概要説明
(2) 教育センター内見学(3) 各施設の利用に関する相談
5. 定員 100名(先着順)
6. 受付開始日 令和7年9月15日(月)

こちらの2次元コードからお申し込みください。インターネット環境がない場合は電話による申し込みも可能です。下記の電話へご連絡ください。

<https://logoform.jp/form/iapr/1129079>



7. 問合せ・電話での申し込み

高尾山学園内 教育指導課登校支援担当電話：663-3216