

な か や ま

校訓：自主・創造・協力



地域運営学校
八王子市立中山中学校
電話 042-635-0521
令和8年5月18日(534)



「イライラ」「不安」話してみませんか

校長 坂内 聡

5月2日から6日までの長いゴールデンウィークが終わりました。新年度が始まって1か月が過ぎ、子どもも大人も疲れがたまりやすい時期です。またこの時期は、気温が急に高くなったり、低くなったりするので、体調も悪くなりがちです。体のだるさや、疲れがたまりやすい、よくねむれない、食欲がわからない、気分の落ち込み、不安感や焦りなどが出てきたりすることがあります。よく言われる「5月病」で、新入社員や新入生に多く見られますが、だれにでも起こる可能性があります。

「5月病」の対策としては、①十分な休息と睡眠。②趣味などでストレス発散。③焦らず少しずつ慣れる。④職場・学校などのメンタルヘルス支援を活用する。

ということが言われています。

本校では、5月7日から14日まで「心の週間」として、担任と生徒とによる1対1の面談を行っています。重く相談の場と考えるのではなく、心と心のスキンシップの場になればいいと考えています。

また、1年生はスクールカウンセラーとの個人面談も行います。毎週木曜日に来校するスクールカウンセラーと放課後、一人5分ほどの面談を行います。1年生にカウンセラーの存在を知ってもらい、相談することに対するハードルを低くすることを目的としています。

学校は、社会に出て生きていくために必要な能力や考え方を身に付けるための場と考えています。特に中学校の3年間は、学習はもちろんですが、班や学級を単位とした集団での自主的な活動が多くおこなれます。そのなかで生徒たちは、人間関係の築き方や集団生活でのルールを学び、自分の得意なことや不得意なことを発見していきます。

中学生にも、自分のことや人間関係で悩みや不安がたくさんあることでしょう。

中学生の皆さん、悩みや、不安、困ったことがあったら、ぜひあなたが話しやすく、信頼できる大人に話しかけてください。家族でも、先生でも誰でもいいです。あなたが決めてください。きっと大人たちはあなたのために話をしてくれたり、行動を起こしてくれたりします。だから頼ってください。「悩み」「不安」「イライラ」などなくならないかもしれませんが、いかに軽減できるかが大切です。周囲の手助けを受けながら、自分の心に相談して、自分でできることは何かを考えてみてください。



部活動紹介(インドア部)

◆令和8年度学校経営計画を学校ホームページにアップします◆

今年度も毎週月・水・金曜日を5時間授業とし、生徒が教員により相談しやすい環境を作るとともに、いじめの未然防止、早期発見・対応のための組織的な取組みを確実に進めるようにします。5月22日までにホームページに掲載します。掲載しましたら、ホーム&スクールでお知らせいたします。

令和8年度学校経営計画		八王子市立中山中学校
学校の教育目標	よく勉強し、よく働き、そしてよく鍛える生徒 校訓「自主 創造 協力」	
学校経営の基本理念	生徒の自己肯定感・自己有用感を育み、一人ひとりの良さを伸ばし自立に向かう基礎を培うとともに、平和的な国家、社会の形成者として必要な資質・能力を養う。グローバル化、急速な技術革新といった変化の激しい時代にあつて、人と人が心を通わせ伝え合い助け合う共生社会の中でしなやかにたくましく生き抜く人材を育成することを目指す。	
	目指す学校像	目指す教師の姿
	「楽しい学校 誇れる学校」 生徒が自らの進路を自らの手で切りひらく力を育成する学校 ○わかる実感・できる喜びを味わい、自分の良さを伸ばせる学校 ○「チーム中山」として、組織的に課題を解決する学校 ○保護者が安心して子供を通わせ、相談に細やかに対応する学校 ○地域に愛され、応援される学校 ○教職員が夢をもち、いきいきと働ける学校	○生徒の良さを認め、優しさや厳しさをもって粘り強く指導する教師 ○人権感覚を研ぎ澄まし、自他の人権を大切にする教師 ○教育公務員としての使命と責任を自覚し、資質・能力の向上に励む教師 ○組織の一員として協力しあい、自分の仕事にベストを尽くそうとする教師 ○保護者や地域の方の良き相談相手となって頼りにされる教師

【令和8年度の重点】

目指す学校像を実現するために、昨年度の反省を活かし、全教職員が情報を共有し、規律ある学校づくりを重点とし取り組む。

(1) 規律ある指導

① 教科指導

- ・授業ルールの明確化及び順守
- ・個に対応した指導 授業に参加していない生徒をなくす。
- ・授業中の生徒の様子を把握
- ・学習用端末を使用する時と使用させない時を明確化

② 生活指導

- ・生活ルールの明確化、教員が順守(廊下を走らせない、服装等)
- ・学年卒をなくした指導(全教職員が全生徒を指導)

(2) 規律ある学習

- 各教科において、「個別最適な学び」「協働的な学び」を意図的に取り入れた授業を展開し、思考力・判断力・表現力等を育成する。
- 八王子版GIGAスクール構想に基づく一人1台の学習用端末を活用した授業を展開し、学ぶ意欲を喚起するが、端末を使用してよい場面を限定し、端末を使用しない学習も大切にする。
- 授業のユニバーサルデザインを念頭に授業の構造化を図り、どの子にもわかりやすく取り組みやすい板書や画面提示、指示を工夫する。

(3) 規律ある学習環境

- 掲示物の内容、表示期限を確認する。終わった掲示物、色あせた掲示物、破れた掲示物はそのままにしておかない。
- 特別支援教育の観点から前面黒板の周囲は、視覚情報を減らして授業への集中力を高めるため、なるべく掲示物や物を置かない。

5・6月の予定

18日(月) 体育祭準備週間、教育実習 始	26日(水) 体育祭予行	6月1日(月) 体育祭予行日
眼科検診(全)	29日(金) 体育祭準備	2日(火) 振替休業日
22日(金) 英検(希望者のみ)	30日(土) 体育祭(弁当持参)	