

～次代を担う力を持った人間の育成～



恩方中だより

ホームページ <http://hachioji-school.ed.jp/ongtj/>

八王子市立恩方中学校

令和8年7月23日発行

第4号

校長 植田 恭正

「実りある一学期を礎に、充実した夏へ」



木々の緑はいよいよその色を深め、本格的な夏の訪れを感じる季節となりました。

本日、一学期も終業式を迎えようとしています。この四か月余りを振り返ると、生徒一人一人が、それぞれの目標に向かって真摯に努力を重ね、大きく成長した姿を数多く見る事ができました。

学習においては、日々の授業を大切に、自ら考え、仲間と学び合う姿勢が育まれてきました。また、学校行事、生徒会活動などにおいても、自分の役割を果たそうとする責任感や、仲間と協力しながら課題を乗り越えようとする姿が随所に見られました。

時には思うようにいかず、悩んだり迷ったりすることもあるでしょう。しかし、その一つ一つの経験が、生徒の皆さんを確実に成長させる貴重な財産となっています。努力は決して裏切ることはありません。一学期に積み重ねてきた日々に、自信と誇りをもってほしいと思います。

さて、夏休みが始まります。夏休みは自由な時間が増える一方で、その時間をどのように過ご

すかが問われる期間でもあります。有意義な夏休みとするためには、まず目標を定め、計画を立て、そして最後まで実行することが何よりも大切です。学習、読書、部活動、家庭での手伝い、地域での活動など、それぞれが自分自身の目標を持ち、一日一日を大切に積み重ねてください。計画どおりに進まないことがあっても、途中で諦めるのではなく、振り返りながら粘り強く取り組む姿勢が、次の成長へとつながります。

一方で、夏休みは生活環境が大きく変わる時期でもあります。不安や悩みを一人で抱え込んでしまうことがあるかもしれません。困ったことや苦しいことがあったときは、決して一人で悩まず、家族や先生、地域の方など、信頼できる大人に相談してください。誰かに話すことは決して弱さではありません。周囲には、皆さんを支え、力になりたいと願っている大人がいます。自分の命と心を大切にすることを、何よりも忘れないでほしいと思います。

また、この夏には本校生徒が苫小牧港まつりに参加する予定です。地域の伝統や文化に触れ、多くの方々と交流することは、学校では得ることのできない貴重な学びの機会となります。地域の一員としての自覚と誇りを持ち、感謝の気持ちを忘れず、笑顔で参加してくれることを期待しています。

最後になりましたが、一学期間、本校の教育活動に温かいご理解とご支援を賜りました保護者の皆様、そして学校運営協議会の皆様に心より感謝申し上げます。皆様のご協力が、生徒たちの健やかな成長を支える大きな力となっております。二学期も教職員一同、生徒一人一人の可能性を伸ばす教育活動に努めてまいります。どうぞ健康で安全な夏休みをお過ごしいただき、元気な笑顔で二学期の始業式を迎えられることを心より願っております。

校長 植田 恭正



第71回 苫小牧港まつり
ポートカーニバル「勇払千人隊パレード」も

実りある一学期を礎に、
充実した夏へ

国語
数学
英語
理科
社会

目標を持ち、計画を立て、最後までやり抜く夏に。
自分を信じて、新たな一歩を踏み出そう。
健康で安全な夏休みを過ごし、笑顔で二学期を迎えましょう。



【ご報告】北区小学校での火災を受けて 校内安全緊急点検を実施

北区小学校での火災を受けて 校内安全緊急点検を実施



東京都北区の小学校で発生した火災を受け、本校では生徒の安全確保を最優先に考え、生活指導部を中心とした校内安全緊急点検を実施しました。今回の点検には、東京消防庁勤務の経験をもつ赤坂用務主事も参加し、専門的な視点から非常口や避難経路、非常階段、防火設備、消火器等の状況を確認しました。また、避難の妨げとなる物が置かれていないか、避難誘導表示が適切に機能しているかなどについても、教職員とともに細かく点検を行いました。

本校では、日頃から定期的な安全点検を実施していますが、今回の事案を受けて改めて校内環境を見直すことで、防災意識の向上と安全管理体制の強化を図りました。幸い大きな異常は確認されませんでしたが、改善が必要な箇所については速やかに対応を進めてまいります。今後も関係機関との連携を図りながら、安全で安心な教育環境づくりに努め、生徒の命を守るための取組を継続していきます。

【ご報告】北区小学校で発生した火災を受けて電気ストーブ緊急点検を実施

～児童・生徒の安全確保を最優先に～



北区の小学校で発生した火災事故を受け、本校では校内に設置されている電気ストーブの緊急点検を実施しました。点検では、電源コードやコンセントの状態、ストーブ本体の損傷の有無、周辺の可燃物の状況などを確認し、安全に使用できる状態であることを改めて確認しました。

また、教職員に対して暖房器具使用時の注意事項について再確認を行い、火災防止に向けた意識の徹底を図りました。本校では引き

続き設備の適切な管理と定期的な安全点検を実施し、生徒が安心して学校生活を送ることができる教育環境の維持に努めてまいります。

【写真】北区小学校での火災を受けて実施した電気ストーブ緊急点検のイメージ写真

1 年生 喫煙防止教室を実施しました

1 年生を対象に喫煙防止教室を実施しました。今回の授業では、たばこが健康に及ぼす影響について正しい知識を身に付けることを目的に、喫煙による体への害や依存性、受動喫煙の問題などについて学習しました。

講師の先生からは、たばこに含まれる有害物質が肺や心臓、血管などに与える影響について、写真や具体的な事例を交えながら分かりやすく説明していただきました。また、近年増加している電子たばこや加熱式たばこについても触れられ、「健康への影響がないわけではない」ことや、未成年者の使用が法律で禁止されている理由について学びました。

生徒たちは真剣な表情で話を聞き、ワークシートへの記入や意見交換にも積極的に取り組んでいました。授業後には、「自分の健康を大切にしたい」「誘われても断る勇気を持ちたい」などの感想が聞かれ、健康的な生活について考える貴重な機会となりました。本校では今後も、健康教育や薬物乱用防止教育を通して、生徒一人一人が正しい判断力を身に付け、自らの健康を守ることができるよう取り組んでまいります。



2年生薬物乱用防止教室を実施しました！



本日、2年生を対象に薬物乱用防止教室を実施しました。講師には警察関係者をお招きし、覚醒剤や大麻、危険ドラッグなどの違法薬物が心身に及ぼす影響や、一度でも使用することで依存症につながる危険性について詳しく学びました。

また、近年はSNSを通じて若者が薬物犯罪に巻き込まれるケースが増えていることから、「無料で試せる」「やせる薬」「気分が良くなる薬」などの誘い文句に注意することや、断る勇気をもつことの大切さについてもお話をいただきました。

さらに、市販薬の過剰摂取（オーバードーズ）の危険性についても学び、薬は正しく使用することの重要性を再確認しました。生徒たちは真剣な表情で話に耳を傾け、薬物が自分や家族、友人の人生に大きな影響を及ぼすことを理解していました。今回の学習を通して、「薬物は絶対に使わない、誘われても断る」という強い意識をもち、自分自身と周囲の人々を守る力を身に付ける貴重な機会となりました。今後も安全で安心な生活を送るための学びを継続していきます。

3年生が修学旅行の学習成果を1年生へ発表しました



本日、3年生が北海道修学旅行の課題探究学習でまとめた成果を、1年生に向けて発表しました。3年生は修学旅行で学んだ北海道開拓の歴史やアイヌ文化、自然環境、産業、姉妹校交流などについて、それぞれがテーマを設定し、調査・考察を進めてきました。発表では、写真やプレゼンテーション資料を活用しながら、自分たちの体験や学びを分かりやすく伝えようと工夫する姿が見られました。

1 年生も真剣な表情で話を聞き、先輩たちの学びに触れながら、今後の学校行事や探究活動への期待を高めていました。今回の取組は、修学旅行で得た知識や経験を振り返り、学びを深めるだけでなく、相手に分かりやすく伝える表現力や発信力を育む貴重な機会となりました。また、3 年生にとっては、自らの考えを整理して伝える練習として、入試におけるパーソナルプレゼンテーションや面接にもつながる実践的な学習の場となっています。今後もこうした学年を越えた学び合いを通して、生徒一人一人の成長を支えていきます。

【市研究指定校】未来社会を生き抜く力を育むために

～次期学習指導要領と AL+GIGA が示す新たな学び～



本校では、AL+GIGA 推進校として授業改善を進めるため、校内研修を実施しました。講師には創価大学教職大学院准教授の窪田香先生をお迎えし、「AL（アクティブ・ラーニング）と ICT を組み合わせた授業デザインの基本」と「GIGA 端末を活用した AL 型授業の実践と効果」をテーマにご講演いただきました。

研修では、一人 1 台端末の活用が当たり前となった今だからこそ、「端末を使うこと」ではなく、「端末を活用してどのような学びを実現するか」が重要であることを学びました。

生徒が自ら考え、仲間と意見を交流しながら課題を解決する学習の中で、ICT を効果的に活用することが学びの質の向上につながることを具体的な実践例を交えながら紹介していただきました。また、2025 年秋に示された次期学習指導要領の骨格や国のワーキンググループでの議論にも触れながら、これからの教育の方向性について理解を深めました。特に「個別最適な学び」と「協働的な学び」を一体的に充実させることや、デジタル学習基盤を活用して一人一人の学びを支援することの重要性について学びました。

さらに、裁量的な時間を生み出し、教科横断的な探究活動や STEAM 教育、キャリア教育を充実させるという考え方は、令和 8 年度から八王子市の全ての中学校区で教育課程に盛り込まれる、各地域の実状に合わせたキャリア教育の推進の方向性と同じベクトルに位置するものとして捉えることができました。本校では今後も、ICT を効果的に活用しながら、生徒一人一人が主体的に学び、自らの未来を切り拓く力を育む教育活動を推進してまいります。

放課後基礎教室 期末テストに向けて学習に励む生徒たち



期末テストを目前に控えたこの日、放課後基礎教室には、1年生8名、2年生3名、3年生11名の計22名が参加しました。

普段よりも多くの生徒が集まり、テストに向けた意欲の高さが感じられる時間となりました。参加人数が多かったため、1年生は被服室、2・3年生は恩方チャレンジ教室に分かれて学習を実施しました。

生徒たちは、それぞれ学校のワークや問題集、プリントなど自分の課題を持参し、わからない問題を確認しながら、一人ひとりが集中して学習に取り組んでいました。

静かな教室には、鉛筆を走らせる音だけが響き、互いに刺激を受けながら学ぶ姿が見られました。日頃の授業に加え、このような放課後の学習時間を有効に活用することで、学習習慣の定着や基礎学力の向上にもつながっています。期末テストでは、これまで積み重ねてきた努力の成果を十分に発揮し、一人ひとりが自信をもって試験に臨んでくれることを期待しています。

女子バドミントン部 あと一步で都大会！最後まで諦めない熱戦を展開



6月28日に行われた第26回第7・9ブロックバドミントン選手権大会団体戦決勝トーナメントに、本校女子バドミントン部が出場しました。予選リーグを突破し決勝トーナメントへ進出した恩方中学校は、都大会出場を懸けて最後まで粘り強く戦いました。

決勝トーナメントでは、第1ダブルスの木村・田邊ペアが2-0で見事に勝利し、チームに勢いをもたらしました。続くシン

グルスの幕田さん、第2ダブルスの高塚・宮崎ペアも最後まで諦めることなく熱戦を繰り広げましたが、ともに1-2で惜しくも敗れ、あと一步のところまで都大会出場はなりませんでしたが、悔しい結果ではありましたが、強豪校を相手に最後まで全力でプレーする姿は大変立派で、多くの感

動を与えてくれました。なお、個人戦では木村・田邊ペアが1回戦を突破し、7月5日に行われる2回戦以降へ駒を進めています。団体戦で培った経験を力に変え、さらなる活躍が期待されます。引き続き、恩方中学校女子バドミントン部への温かいご声援をよろしくお願いいたします。

1 学期期末テストを実施しました



7月6日（月）から8日（水）までの3日間、恩方中学校では1学期期末テストを実施しました。

生徒たちは、この日のために授業で学んだ内容を復習し、放課後の基礎教室や家庭学習などを活用しながら、計画的に試験対策を進めてきました。試験当日は、どの教室でも真剣な表情で問題用紙に向き合い、最

後まで粘り強く取り組む姿が見られました。

期末テストは、学習内容の理解度を確認するだけでなく、自分自身の学びを振り返り、今後の課題を見つける大切な機会です。結果に一喜一憂するのではなく、できたことは自信に、課題は次の成長への目標として前向きに受け止めることが大切です。1学期も残りわずかとなりました。今回のテストで見つかった課題は、夏休みを活用して復習する絶好の機会となります。恩方中学校では、生徒一人一人が「学ぶ力」をさらに伸ばし、自分の可能性を広げられるよう、今後も日々の授業や学習活動を大切にしながら、充実した学校生活を送れるよう支援してまいります。

願いを未来へ ― 恩方中学校生徒会の七夕―



7月7日の七夕に合わせて、恩方中学校生徒会では学年ごとに七夕飾りを設置し、生徒たちが思い思いの願いを短冊に記しました。

廊下には色とりどりの短冊が飾られ、「志望校に合格したい」「部活動で目標を達成したい」「家族が健康で過ごせますように」など、一人一人の夢や願いが込められています。友達同士で願い事を紹介し合ったり、「どんな願いを書こうかな」と笑顔で話し合ったりする姿も見られ、校内は七夕

ならではの温かな雰囲気になりました。

短冊を飾る時間は、自分自身の目標を改めて見つめ直し、未来への一步を考える貴重な機会にもなっています。1学期も終盤を迎え、期末テストや学校生活の振り返りを行う時期だからこそ、それぞれが描く夢や目標を大切に、努力を積み重ねていくことの大切さを改めて感じる一日となりました。夜空に輝く天の川のように、生徒一人一人の夢が未来へとつながり、大きく羽ばたいていくことを教職員一同、心から願っています。

小さな命が教えてくれた、人生で最も大切なこと ― 3年生「赤ちゃんふれあい授業」―



「かわいい」その一言から始まった時間は、やがて「命とは何か」「家族とは何か」を考える、かけがえのない学びへと変わっていきました。

3年生は、総合的な学習の時間の一環として「赤ちゃんふれあい授業」を実施しました。地域の赤ちゃんとその保護者の皆様を体育館にお迎えし、実際に赤ちゃんに触れ合うとともに、妊婦体験や新生児人形の抱っこ体験、赤ちゃんの見え方体験などを通して、命の誕生と子育てについて学びました。

初めて赤ちゃんを抱く生徒の腕は、少し震えていました。小さな体を壊してしまわないかと不安そうな表情を浮かべながらも、そっと腕に抱くと、その温かなぬくもりに自然と笑顔がこぼれます。一方で、慣れない抱っこに赤ちゃんが泣き出してしまう場面もありました。しかし、その泣き声さえも、生徒たちにとっては大切な学びでした。

「どうしたら安心してくれるだろう」「保護者の方は毎日こうして向き合っているんだ。」そんな思いが、生徒一人一人の表情から伝わってきました。また、妊婦体験では、お腹の重さを再現したジャケットを装着し、歩く、座る、横になるといった何気ない動作に挑戦しました。わずかな動きにも負担がかかることを体感し、「周りの人の支えがどれほど大切かが分かった」という声も聞かれました。

新生児人形の抱っこ体験や赤ちゃんの視界を体験するプログラムでは、赤ちゃんの立場になって考えることの大切さを学び、命を守る責任の重さを実感していました。保護者の皆様からは、妊娠や出産、そして子育ての日々について、喜びだけではなく、不安や苦労、家族に支えられながら歩んできた経験をお話いただきました。

その一つ一つの言葉に、生徒たちは真剣な表情で耳を傾けます。そして、多くの生徒が「自分もこんなふうに大切に育ててもらったんだ」「家族に『ありがとう』を伝えたい」と話していました。卒業を迎え、新たな一步を踏み出そうとしている3年生。知識として学ぶだけでは決して得ることのできない、命の重みと人の温かさに触れたこの時間は、生徒たちの心に深く刻まれたことでしょう。

赤ちゃんの小さな手は、生徒たちの大きな心を優しく動かし、命は多くの人の愛情によって支えられ、未来へつながっていくことを教えてくれました。この日の出会いは、きっと何年経っても忘れることのない「命の授業」です。人を思いやり、命を大切にできる大人へ——。恩方中学校3年生は、小さな命との出会いを通して、人生で最も大切なことを学ぶことができました。ご協力いただいた保護者の皆様、そして笑顔とぬくもりを届けてくれた赤ちゃんたちに、心より感謝申し上げます。

学校公開・道徳授業地区公開講座を実施しました

令和8年度

学校公開のお知らせ

道徳の授業を公開します。ぜひご来校ください。

令和8年
日時 **7月11日土** 時間 午前8時55分～午前11時45分
(午前8時55分から午前11時45分まで)

テーマ **「生命の尊重」**
をテーマに各学年で同一の道徳授業を行います。

公開授業時間割(道徳の授業)			
学年・組	1時間目(授業)	2時間目(道徳)	3時間目(授業・行事)
1年1組	国語(田之倉:教室)	道徳(教室)	音楽(木村:音楽室)
1年2組	音楽(木村:音楽室)	道徳(教室)	国語(田之倉:教室)
2年1組	理科(吉村:理科室)	道徳(教室)	【2クラス合同】 英語(秋守:教室) 英語(黒部:教室) 英語(荒閑:英語R)
2年2組	社会(菅野:教室)	道徳(教室)	
3年1組	英語(荒閑:教室 秋守:英語R)	道徳(教室)	進路説明会(体育館)
3年2組	社会(米良:教室)	道徳(教室)	進路説明会(体育館)

学年ごとのテーマ

1年生 いのちを考える
自他の命を尊重し、かけがえのない存在であることを考える。

2年生 たった一つの宝物
互いに支え合って生きることの大切さを考える。

3年生 家族の思いと意思表示カード
自分の生き方を見つめ、家族への思いとこれからの生き方を考える。



上履き・名札をご持参ください。



駐車スペースに限りがありますので、できるだけ徒歩または公共交通機関でのご来校にご協力ください。



保護者・地域の皆様の

ご来校を心よりお待ちしております!



7月11日(日)、学校公開・道徳授業地区公開講座を実施し、多くの保護者・地域の皆様にご来校いただきました。

2時間目は全学年で「生命の尊重」をテーマとした道徳授業を公開し、1年生は「いのちを考える」、2年生は「たった一つの宝物」、3年生は「家族の思いと意思表示カード」を題材に、一人一人が命や家族、人とのつながりについて真剣に考えました。子どもたちは友達の意見に耳を傾けながら、自分自身の考えを深め、主体的に学ぶ姿を見せてくれました。ご参観いただいた皆様、誠にありがとうございました。



本日の生徒会朝礼では、夏休みを前に、生徒たちの安全を願う大切な時間が設けられました。講話を担当したのは、本校の用務主事であり、元東京消防庁消防官として長年にわたり人々の命を守り続けてきた赤坂さんです。数え切れないほどの現場を経験してきたからこそ伝えられる、一つ一つの言葉には重みがあり、生徒たちは静かに耳を傾けていました。

赤坂さんは、まず交通事故について話しました。「ほんの一瞬の油断が、一生後悔する出来事につながる可能性があります」という言葉に、生徒たちは普段当たり前のように利用している道路にも危険が潜んでいることを改めて考えました。自転車に乗るときも、歩くときも、自分の命だけでなく、家族や友達の大切な人の思いも背負っていることを忘れないでほしいと語りかけました。

続いて、水難事故についても、自らの経験を交えながら話がありました。夏になると川や水辺は楽しい場所に見えます。しかし、その一方で、一瞬の判断ミスが取り返しのつかない事故につながることも少なくありません。「自然を甘く見ないこと」「危険を感じたら勇気をもってやめること」。その言葉は、生徒たちの心に深く刻まれたことでしょう。

そして最後に、赤坂さんは生徒たちへ穏やかな表情でこう語りました。「先生たちは、夏休みが終わったら、今日ここにいる皆さん全員が元気な笑顔で二学期の始業式に集まってくれることを心から願っています。それ以上にうれしいことはありません」その言葉には、消防官として多くの命と向き合ってきた経験、そして今、恩方中学校で子どもたちを見守る一人の大人としての深い願いが込められていました。夏休みは、家族や友人と過ごすかけがえのない時間です。だからこそ、自分の命を大切に、安全を最優先に考えながら、一日一日を充実して過ごしてほしいと思います。二学期、全校生徒が元気な笑顔で再会できることを、心から楽しみにしています。

ブルーベリーが育てるのは、果実だけではない。～恩方中学校 STEAM 教育の挑戦～



恩方中学校では、今年度より聖パウロ学園との共同管理によるブルーベリー農園を活用し、特色ある STEAM 教育を推進しています。生徒たちは、収穫や生育観察を中心に活動し、自然と向き合いながら教科横断的な学びを深めています。

今年は熊の出没が相次いだことから、安全面を最優先に考え、農園の日常管理や除草作業は教職員が担当してきました。生徒が安心して活動できる環境を整えた上で、今回、生徒たちは色づき始めたブルーベリーの収穫を中心に活動を実施しました。

樹木には青く熟した実と、これから熟す赤や緑の実が数多く実っており、「どの実が食べ頃なのか」「なぜ同じ木でも熟す時期が違うのか」といった疑問を持ちながら、一粒一粒を丁寧に観察し、収穫しました。この活動は、単なる農業体験ではありません。植物の生育や環境について理科の視点から学び、収穫量や品質を記録・分析することで数学や情報活用能力を育みます。

さらに、地域資源を活用した学習や今後の活用方法を考えることで、課題発見・課題解決能力を養う STEAM 教育へとつながっています。今後は、収穫したブルーベリーを活用した商品開発や地域との連携、収穫量や糖度の比較など、探究活動をさらに発展させていく予定です。

実際に手を動かし、自然に触れ、自ら考える経験は、教室だけでは得られない貴重な学びとなっています。恩方中学校では、これからも地域の豊かな自然環境を教育資源として生かし、「本物に触れる学び」を大切にした STEAM 教育を推進していきます。一粒のブルーベリーには、生徒たちの探究心や協働する力、そして地域への愛着を育む大きな可能性が詰まっています。

80 周年へ向け、新たなリーダーを選ぶ ― 生徒会役員選挙立会演説会



令和 8 年度生徒会役員選挙の立会演説会が 7 月 14 日、本校体育館で行われました。令和 9 年度に創立 80 周年という大きな節目を迎える恩方中学校を牽引する新たなリーダーを選ぶ大切な機会となりました。

今回は定数 4 名に対して 4 名が立候補しましたが、信任ではなく、それぞれの考えや学校への思いを全校生徒がしっかりと受け止め、一票を投じる選挙として実施されました。立候補者は、「より笑顔あふれる学校にしたい」「学校行事をさらに盛り上げたい」「一人一人の声を大切にしたい」など、自分の公約や目指す学校像を堂々と演説しました。

応援演説を担当した生徒も、候補者の人柄や努力を自分の言葉で伝え、会場は真剣な雰囲気になりました。80 周年という歴史ある節目を迎える恩方中学校だからこそ、生徒一人一人が学校づくりの担い手であるという意識をもち、未来への一歩を踏み出す立会演説会となりました。新たな生徒会役員を中心に、生徒の力でさらに魅力ある恩方中学校を築いていくことを期待しています。

今回の生徒会役員選挙では、選挙管理委員会の生徒たちも重要な役割を果たしました。立候補受付や演説会の進行、投票・開票準備など、一つ一つの仕事を責任感をもって丁寧に行い、公正・公平な選挙の運営を支えました。当日は緊張感のある雰囲気の中でも落ち着いて役割を果たし、全校生徒が安心して一票を投じられる環境づくりに努めました。学校の民主的な活動を陰で支えた選挙管理委員一人一人の活躍も、大変頼もしいものでした。

本物に触れ、一票の重みを学ぶ主権者教育～生徒会役員選挙



今回の生徒会役員選挙では、八王子市選挙管理委員会のご協力により、国政選挙や地方選挙で実際に使用されている投票箱や、選挙事務に携わる職員が着用する腕章をお借りして実施しました。

本物の選挙資材を前にした生徒たちの表情は自然と引き締まり、教室や体育館には実際の選挙会場さながらの緊張感が漂いました。一人一人が投票用紙を静かに投票箱へ入れる姿からは、自らの意思で学校の未来を託すという責任感が感じられました。

選挙は、誰かを選ぶだけではなく、自分たちの未来を自分たちで築く第一歩です。本物に触れる体験は、一票には学校を動かす力があり、やがて社会を動かす力にもつながることを実感する貴重な学びとなりました。

恩方中学校では、こうした体験的な主権者教育を通して、生徒一人一人が社会の一員として責任をもち、より良い未来を主体的に創り出す力を育んでいきます。80 周年へ向けた新たな歩みは、生徒たちの「一票」から始まっています。

令和 8 年度 生徒会役員が決定しました



令和8年度 生徒会役員が決定しました!

みんなの思いをつなぎ、よりよい恩方中学校へ
一年間よろしくお願いします!

令和 8 年度 生徒会役員

会 長	成谷 海惶 さん	(2 年 1 組)
副会長	西原 なずな さん	(1 年 1 組)
書 記	鈴木 翔琉 さん	(1 年 2 組)
会 計	山田 莉空 さん	(1 年 2 組)

※敬称略

生徒会の目標

- ✓ あいさつが飛び交う学校に!
- ✓ 一人ひとりが輝ける学校に!
- ✓ 行事や活動をもっと盛り上げる!
- ✓ 伝統を受け継ぎ、新しい歴史をつくる!

みんなの力で
笑顔あふれる恩方中へ!

一人ひとりの声を大切にし、
全校生徒で力を合わせて、
よりよい恩方中学校を
つくっていきましょう!

これからの生徒会活動へのご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。

7 月 14 日に実施された令和 8 年度生徒会役員選挙の結果、新たな生徒会役員 4 名が決定しました。立候補者一人ひとりが、「よりよい恩方中学校をつくりたい」という熱い思いを全校生徒へ力強く訴え、多くの期待を集める選挙となりました。

新たな役員は、これから一年間、生徒会活動の中心となって学校生活をより充実させるために活動していきます。生徒一人ひとりの声に耳を傾けながら、学校行事や日常生活をさらに魅力あるものへと発展させてくれることを期待しています。

令和 8 年度 生徒会役員

- * 成谷 海煌 さん (2 年 1 組)
- * 西原 なずな さん (1 年 1 組)
- * 鈴木 翔琉 さん (1 年 2 組)
- * 山田 莉空 さん (1 年 2 組)

恩方中学校は来年度、創立 80 周年という大きな節目を迎えます。新しい生徒会役員を中心に、全校生徒が力を合わせ、伝統を受け継ぎながら新たな歴史を築いていくことを期待しています。任期は令和 8 年 9 月から引継ぎを順次行い、正式な体制は 10 月より令和 9 年 9 月までとなります。これからの生徒会活動への温かいご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

夏休み中も獣害に注意！ ～自然を知り、自分の命を守る行動を～

夏休みは、川遊びやキャンプ、部活動、散歩などで自然に触れる機会が増える季節です。一方で、本校周辺では熊だけでなく、イノシシやサルなどの野生動物の目撃情報が相次いでいます。

6月には恩方市民センター近くでイノシシが目撃されたことや元木小学校付近でも大型獣の目撃情報がありました。7月15日夜には、寺田町でイノシシらしき動物が目撃され、高尾警察署からも注意喚起が行われました。

野生動物は私たちの生活圏のすぐ近くで暮らしており、いつ、どこで遭遇するか分かりません。恩方中学校では、「怖いのは熊だけではありません。イノシシもサルも同じ」という意識を大切に、生徒の安全確保に努めています。

もし野生動物を見かけても、近づいたり、写真を撮ったり、餌を与えたりせず、落ち着いて安全な場所へ避難してください。特に早朝や夕方、河川や山林周辺では十分な注意が必要です。地域の豊かな自然は恩方の大きな魅力です。だからこそ、自然を正しく理解し、野生動物との適切な距離を保ちながら共生していくことが大切です。地域に根差した特色ある教育を進める恩方中学校では、この夏も生徒一人一人が安全を最優先に行動し、思い出に残る充実した夏休みを過ごせることを願っています。

朝食を抜くことが、熱中症や体調不良のリスクを高めることがあります



恩方中学校

朝食を抜くと、体調を崩しやすくなります！

～熱中症や体調不良のリスクが高まります～

朝食を抜くと…

エネルギー不足
水分・塩分不足
生活リズムの乱れ

体に起こること

集中力・学習意欲低下
イライラ・情緒不安定
だるさ・疲れやすい
自律神経の乱れにつながりやすい

熱中症のリスクが高まる！

事例① 朝食を抜いて体調を崩し、朝一番から保健室へ

✓ 頭がぼーっとする
✓ めまいがする
✓ だるくて動けない
✓ 気分が悪い・吐き気

授業への集中ができず、学習や行事にも影響が…

事例② 登校中に自転車で気分が悪くなる

✓ 坂道や暑さでフラフラ
✓ めまい・立ちくらみ
✓ 冷や汗が出る
✓ 動悸がする
✓ 危険な状態に！

転倒・交通事故の危険も高まります！

朝食は一日のスタートを支える大切なエネルギー源！

脳のエネルギー源に！
体温を上げて活動モードに！
水分・塩分も補給！

「少しずつでも食べて登校すること」が、自分の体と命を守ることに繋がります！

おすすめの朝ごはん（少しでも食べることが大切！）

おにぎり+みそ汁 トースト+牛乳 バナナ+ヨーグルト シリアル+牛乳 おにぎり+スープ

朝食をしっかりとり、元気に一日をスタートしよう！
家庭と学校が連携して、子どもたちの命と健康を守りましょう。

朝食 睡眠 水分補給 暑さ対策

本校では、熱中症対策として「こまめな水分補給」「十分な睡眠」「暑さ指数（WBGT）に応じた活動調整」などに取り組んでいます。その中でも、ご家庭にぜひご協力いただきたいのが、「朝食を食べてから登校すること」です。

朝食は、睡眠中に失われた水分や塩分、脳や体を動かすためのエネルギーを補給し、一日の生活リズムを整える大切な食事です。特に夏場は登校するだけでも汗をかくため、朝食を食べずに登校すると、水分やエネルギーが不足した状態で学校生活が始まり、熱中症のリスクを高める要因の一つになります。

文部科学省も、十分な睡眠や朝食など規則正しい生活習慣を熱中症予防の基本としています。また、研究では、朝食を欠食する子どもは集中力や学習意欲、学業成績の低下と関連することが報告されています。さらに、生活リズムが乱れやすくなり、自律神経の働きにも影響を及ぼす可能性が指摘され、疲れやすさや気分の落ち込み、イライラにつながる場合もあります。

もちろん、「朝食を食べなかったから必ず熱中症になる」というわけではありません。しかし、暑い日の運動や屋外活動では、エネルギー不足や脱水状態が重なることで、体調不良や熱中症の危険性が高まります。

「朝は食欲がない」「時間がない」というお子さんも少なくありません。そのような場合でも、おにぎりやパン、バナナ、ヨーグルト、牛乳、みそ汁など、少量でも口にすることが大切です。少しずつ食べる習慣を身に付けることで、脳や体が目覚め、学校生活への集中力も高まりやすくなります。本格的な暑さを迎える前に、毎朝の「朝ごはん」を熱中症予防の第一歩として、ご家庭でもご協力をお願いいたします。