



学校ホームページ

国中だより

<http://kunitachi.ed.jp/jh01/>

国立市立国立第一中学校
学 校 だ よ り
令和8(2026)年7月号
7月15日(水)発行

夏季休業を迎えるにあたって ～「読書」で心の栄養を～

校 長 田 中 圭

間もなく梅雨が明け、本格的な夏が訪れます。今年の6月から7月上旬は、気温が30℃を超える日がわずかで、比較的過ごしやすい日が続きました。その分雨が多く、東京都心では6月の降水量が60年ぶりに400mmを超え、過去3番目に多い雨量でした。これから先は本格的に暑い日が続きますので、健康に気を配りながら過ごしてください。

早いもので69日間の1学期が終わりを迎えようとしています。生徒の皆さんはこの間、新しい友達や先生との出会い、様々な学習・行事等を通して、一步ずつ成長してきました。特に印象深いのは、5月30日に開催された体育大会です。一人一人が全力を尽くす姿はもちろん、係活動に責任をもって取り組む姿、仲間に向けて送られた惜しみない拍手や声援など、随所に素晴らしい場面が見られました。自分たちの手で成功させようという強い思いと頑張りが感動的な体育大会の実現につながったと、改めて拍手を送りたいと思います。また、その後も気持ちを切り替え、日々の授業や諸活動に対して、落ち着いた態度で臨むことができました。重点目標である思いやる心を持ち、お互いを尊重し合いながら充実した1学期を過ごせたことは、一人一人の心の成長の証であり、たいへん誇らしく思います。

さて、18日から40日間の夏季休業が始まります。この間は、1学期の復習を中心とした学習、部活動等での基本練習、趣味や旅行など、これまでできなかったり十分でなかったりしたことにじっくりと取り組める絶好の機会です。その中で特に実践してほしいのが読書です。

今、私たちの周りにはスマホや動画、ゲームなど手軽に楽しめるエンターテインメントがあふれています。それらはとても楽しく、時間が過ぎるのを忘れるほど没頭してしまいがちですが、画面から流れてくる情報を受け取るだけになりがちです。

一方で読書には、文字の読み書きが上手になることや、言葉の数(語彙力 ごいりき)が増えるといった効果があります。しかしそれ以上に素晴らしいのは、「自分以外の人生を生きられる」という体験です。本を開くと何十年、何百年も前に生きていた偉人と対話することも、外国に住む同世代の苦悩を知ること、SFの世界で宇宙を旅することもできます。本を通して様々な人の視点に立つことで、人の痛みが分かる優しさや、物事を多角的に見る柔軟な心が自然と育まれます。また、物語の世界に没頭して想像力を膨らませることも、興味のある分野の本を読んで知的好奇心を満たすことも、すべて皆さんの心の栄養となり人間としての幅を広げてくれます。

言語脳科学の分野から「脳は紙の本でこそ鍛えられる」と提言する大学教授もいるほどです。まずは「この夏に読む1冊」を決め、じっくりと活字と向き合う時間を作ってみてください。本校の図書室には、中学生向けの興味深い本がたくさんありますので、大いに活用してください。本はいつでも新しい世界への扉を開いて待っています。

8月27日の2学期始業式では、皆さんのさらに成長した元気な姿が見られることを楽しみにしています。

3年 平和を大切にすることを育てる授業 6月12日(金)、東京都遺族会の御紹介により、第二次世界大戦でお父様が戦死された遺族の方を講師にお迎えしました。東京大空襲の体験談や戦時中の大変だった生活について語っていただき、当事者から直接お話を伺う機会が減っている中、生徒たちが平和について身近に考える貴重なきっかけとなりました。



3年 人権出前授業「レスpektアザース」 6月17日(水)、国立市人権擁護委員の方を講師にお迎えしました。「人権とは？」というお話に始まり、班活動でお互いの考えを伝え合うことを通して、「違いを認め合うこと、他者の意見や考えを大切にすること」について深く考える大変良い時間となりました。



ASS&自習カフェ 6月17日(水)～19日(金)、試験前の集中実施を行いました。特に開始時間帯は飲み物を希望する生徒たちが長い列を作ることもあったため、休憩時間を決めて勉強しているASSの生徒には「ASSファストパス」を発行し、優先的に飲み物を渡せるよう工夫いたしました。これにより、「落ち着いて静かに勉強するゾーン」と「居場所を兼ねて友達と教え合いながら勉強するゾーン」の明確な住み分けにもつながりました。夏季休業中は、7月22日(水)～24日(金)の9:00～11:00に都立国立高校などの高校生に勉強を教えてもらえる学習教室(カフェなし・自習中心)を開催します。また、8月24日(月)～26日(水)の同時時間帯には「自習カフェ」を開催しますので、夏休みの勉強の総仕上げにぜひお越しください。なお、登下校の際は通常の通学時と同様のルールとなりますのでお願いいたします。

A組 上級学校訪問 6月19日(金)、都立南大沢学園を訪問し、進路に向けた学習や、校外での電車や食事におけるマナーを学びました。訪問先では、通常の教科に加え、社会人に必要なスキルやマナーをしっかりと学ぶ先輩方の姿がありました。気持ちの良い挨拶に憧れを抱いた生徒も多く、日々の生活に生かされることと思います。



避難訓練(不審者対応訓練) 6月22日(月)に、不審者対応訓練を実施しました。今回は、不審者の教室への侵入を防ぐ状況を実際に作り出すため、クラスで協力して机と椅子を積み上げ、バリケードを構築しました。本番前日の放課後には、希望する教員を対象に生活指導主任による「バリケード製作講座」を開き、事前練習を行いました。その成果もあり、どのクラスも不審者の侵入を許さない強固なバリケードを築くことができました。また別の日には、都内の火災事故を受け、防火シャッターの開閉確認などの点検も行いました。



花植えボランティア(一中花壇) 雨天により延期されていた一中花壇の草取りを、6月17日(水)の放課後に行いました。試験1週間前にもかかわらず、生徒27名に加え地域の方も7名ご参加くださり、約1時間作業に汗を流しました。予想以上にクマザサの根が張っていましたが、生徒たちは地域の方に鍬(くわ)の使い方を教わりながら一生懸命取り組みました。

また、花植え作業も雨天延期が続きましたが、6月29日(月)に無事実施できました。今年度は花の種類や色をそろえ、市松模様になるよう3年生を中心に苗を配置し、皆で植えました。「毎日の水やりが大変だろう」と地域の方がホースをご用意くださり、当番の生徒が活動しやすいよう工夫してくださいました。



カジュアルウィーク 6月29日(月)から7月3日(金)の1週間、生徒会役員会主催のカジュアルウィークを実施しました。この取組もすっかり定着して、今回は2・3年生の7割、1年生の8割近くが私服で学校生活を過ごしていました。この機会に、自身の個性を表現することや相手の個性を理解することを学び、互いの違いを冷やかしたり否定したりせず、受け入れ認め合える関係を築いてほしいと思います。

1年 歯科講話 7月2日(木)、学校歯科医の先生と国立市歯科医師会の歯科衛生士の方をお招きし、1年生を対象にむし歯や歯周病の予防、正しい歯磨きの方法、口の健康が全身の健康につながることにしてお話いただきました。生徒たちにとって、自分の歯や口の健康について改めて考える機会となり、毎日の歯磨きや生活習慣の大切さを学ぶことができました。御家庭でも、毎日の歯磨きや定期的な歯科受診についてお声がけいただけますと幸いです。



1年 SOSの出し方に関する教育 7月3日(金)、国立市健康福祉センターの方を講師にお迎えしました。「ストレスについて知ろう」「自分を大切にしよう」「友達がつらそうにしているときに気持ちを軽くするために何ができるか」などについて、話し合い活動も交えながら丁寧にお話しいただきました。



芝生ボランティア 7月6日(月)の放課後、生徒約30名、保護者の方々7名、教員6名が参加して芝生の整備を行いました。生徒たちは楽しくおしゃべりをしながらも、熱心に雑草取りに励んでいました。特にクローバーが広がっている場所は丁寧にはがし、新たに芝生の苗を200株植えました。力仕事を黙々とこなす生徒も多く、自分たちの植えた苗がしっかり根付いて緑が広がることを願いながら、一生懸命に作業をしてくれました。夏季休業中も、PTAの芝生ボランティアとして7月21日(火)、8月4日(火)、8月18日(火)の午前7時30分～8時30分(約1時間)に雑草取りや芝刈り等を行う予定です。御都合のつく方は、ぜひ御協力いただけますと幸いです。



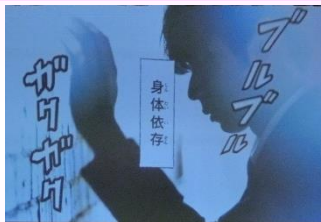
2年 人権出前授業「アイヌの人々」 7月8日(水)、アイヌ文化体験学習会を行いました。ゲストティーチャーの方のお話はアイヌの歴史、文化、音楽と多岐にわたり、興味深く聞き入る生徒の姿が印象的でした。生徒の感想を紹介します。「アイヌの言葉はたくさん意味が込められているんだと思いました。」「服の柄にはそれぞれ意味があり、思いが込められているんだなと思いました。」「一緒に楽しく歌えたので嬉しかったです。」「誰もが尊重される世界を作っていくことが僕らの役割だと強く思った。」など、多くの生徒が考えを深めることができました。



3年 租税教室 7月10日(金)、立川税理士会より講師の方々をお迎えし、各クラスで租税教室を行いました。仕事内容や税の種類、集められた税金がどのように使われているかなどについて、分かりやすくお話しいただきました。生徒たちは真剣に耳を傾け、普段当たり前に使っている教科書なども税金から賄われているという事実に、新鮮な驚きを感じていたようです。



2年 薬物乱用防止教室 7月13日(月)、立川警察署のスクールサポーターを講師にお迎えしました。「薬物乱用とは何か」に始まり、薬物によって自分自身が取り返しのつかない状況に陥るだけでなく、大切な家族や友人の人生まで壊してしまう怖さを学び、夏休みを前に大変貴重なお話を聞くことができました。



1年 スクール・バディ・サポート 6月30日(火)と7月14日(火)の放課後、スクール・バディのメンバー14名を対象に研修会を行いました。サポーターの斎藤先生からいじめの構造について講話をいただき、自分たちにいじめ予防のためのどのような働きかけができるか、熱心に意見を交わしました。次回は9月3日(木)に実施する予定です。今後は先輩たちも合流し、いよいよ本格的な活動が始まります。



一中生、頑張っています

〇女子バレーボール部 第10ブロック中学校バレーボール選手権大会 第5位 ※都大会出場

〇3年 夏体験ボランティア2026ポスターイラスト募集 奨励賞

※3年生にとって最後となる大会が各部で行われました。部員の皆さん、3年間本当によく頑張りました。これから大会やコンクールを控えている皆さんは、悔いの残らないようしっかりと準備を整え、本番で全力を出し切りましょう。

SNS家庭ルール 夏季休業中はスマートフォン等の使用が増え、SNSをめぐるトラブルの発生が懸念されます。人間関係のトラブルはこじれると生徒同士での解決が難しいため、家庭での未然防止と早期発見への御協力をお願いいたします。以下に、今年度5月15日に生徒会が改訂した「SNS一中ルール」を掲載しました。夏休み中の使い方や使用時間について、この機会に改めて「家庭でのルール」をお子様と話し合ってください。

SNS一中ルール 夏休みの御家庭の約束作りに役立ててください。

1 他人の個人情報を勝手に載せない

- ・ SNSは不特定多数の人が目にするため、他人の個人情報を載せるとその人が被害に遭う場合があります。
(例) 写真はスマートフォンなどを使い、簡単に撮影することができますが、ただの背景でも場所や身元が特定される個人情報がたくさん潜んでいます。

2 SNS上での誹謗中傷・仲間外れはしない

- ・ された側は大きな精神的ダメージを受け、その発信を見た人も不快に思う場合があります。

3 夜の22時から朝の6時まで使用しない

- ・ SNSの使用によって、睡眠時間が短くなり、生活に支障をきたします。
- ・ やむを得ない場合は除きます。

4 送信・投稿前に内容を客観的にみて確認する

- ・ 送る文章を確認し、複数の意味にとれたり、誤解されたりするような表現でないか確認しましょう。
(例)「なんでくるの」(どんな手段で来るのかと、なぜ来るのかという2つの意味ととれてしまいます。)

5 返信がなくても気にしない

- ・ SNSを使う際は、相手の状況を想像して、投稿するタイミングや時間帯に気をつけましょう。
- ・ 事情があって、すぐに返信できない場合もあることを理解しておきましょう。

6 SNS上の情報だけに惑わされない

- ・ SNSには嘘やデマ、出所の不確かな情報があふれています。流れてきた情報を鵜呑みにせず、一度立ち止まって冷静に判断しましょう。
- ・ SNSだけで知り合った人とのやり取りに注意し、いつきの感情だけで動かず一歩引いて考えて行動しましょう。
- ・ 自分一人で判断することが難しいと感じたときには、信頼できる大人に相談しましょう。

お知らせ 7月31日(金)付けで第1学年所属、1年の国語を担当している育児休暇代替教員が退職し、主任教諭が復職しますのお知らせいたします。

7月～9月の主な予定

7月

- 16日(木) 給食終 大掃除(ジャージ登校)
部活動再登校 15:30以降
- 17日(金) 終業式 安全指導 部活動再登校 15:30以降
- 18日(土) 夏季休業日始～8月26日(水)まで
- 20日(月) 海の日
- 21日(火) 芝生ボランティア 7:30～8:30
- 22日(水) 三者面談期間始～31日(金)まで
夏季学習教室 9:00～11:00 ～24日まで
- 31日(金) 三者面談期間終

8月

- 3日(月) 夏季水泳教室 10:00～12:00 ～5日まで
- 4日(火) 芝生ボランティア 7:30～8:30
- 10日(月)～17日(月) 閉庁日※
- 11日(火) 山の日
- 18日(火) 芝生ボランティア 7:30～8:30
- 24日(月) 自習カフェ 9:00～11:00 ～26日まで
- 26日(水) 夏季休業日終

8月

- 27日(木) 始業式 スクール・バディ交流会
地域と連携した避難訓練(集団下校訓練)
- 28日(金) 給食始

9月

- 1日(火) 1年校外学習(TGG立川)①～⑥
- 2日(水) SC相談日 ASS&自習カフェ
- 3日(木) かがやき授業始 放:1年スクール・バディ・サポート
中間試験2週間前(5教科+1・2年美術)
- 4日(金) 安全指導
- 8日(火) 生徒会役員選挙リハーサル
- 9日(水) ⑤生徒会役員選挙 SC相談日
- 10日(木) 中間試験1週間前
- 11日(金) 14日(月) 15日(火) ASS&自習カフェ
- 16日(水) SC相談日
- 17日(木) 中間試験(英・理・美(1・2年のみ))
- 18日(金) 中間試験(社・数・国)
放:桜の芽接ぎボランティア

※19日～23日は5連休になります。

お願い

※8月10日(月)～17日(月)は学校閉庁日により、学割の申請、転出等の手続き、電話での相談及び対応はできません。緊急事態等の場合は、市役所(042-576-2111)へ御連絡ください。