

# 二中だより

令和7(2025)年7月15日  
国立市立国立第二中学校  
校長 黒田 宏一  
国立市富士見台3-30  
電話 572-2187

国立二中ホームページにも掲載：国立第二中学校へアクセス



## “自分で決める”夏にしよう ～「自分軸」 or 「他人軸」～

副校長 長谷川 美穂

蝉時雨が賑やかに降り注ぐ時季となりました。

生徒は、期末考査を終え、1学期のまとめをすとともに、39日間の長い夏休みを目前に控え、きっとワクワクしていると思います。夏休みには、遊びに出掛ける予定や宿題などの計画、部活動での目標や読書など、様々な過ごし方に思いを巡らせていると思います。

特に3年生では、卒業後の進路決定に向けて上級学校の説明会に参加したり、具体的な勉強の目標を掲げたりする人も多いかと思えます。2年生では、部活動で代替わりし、新しいチームでの本格的な練習や大会への意気込みを新たにしている人もいるかもしれません。1年生は、中学校生活における初めての夏休みです。小学生であった頃より、自分で物事を判断して行動することも多くなると思えます。

何かを決めて実行していく時、私たちは、どれだけ本当の自分の気持ちで動いているでしょうか。心理学や、コーチング論では、「自分軸」や「他人軸」という言葉を以下のように意味付けされています。

自分軸 … 「自分がどうしたいのか、どう在りたいのか」を基準に行動すること。

他人軸 … 「他者や社会からどう思われるか、どう評価されるか」を基準に行動すること。

勉強を例にして表してみます。「希望する進路先に合格するために、勉強をがんばろう。」「夏休みは思い切り楽しみたいから、宿題は早く終わらせよう。」と、自ら思って勉強していた場合、これは、「自分軸」で考えて判断したこととなります。一方、「あの進学先でないと、親(世間)に認めてもらえないから。」「宿題をやってから遊びにいけないと、親に怒られるから。」などと考えて勉強するのは、「他人軸」からの行動となります。

一見、「自分軸」は自我が強く、わがままや自分勝手であり、「他人軸」は他者の気持ちを尊重できると誤った解釈をされることがありますが、実際の意味は全く別です。「自分軸」で決定して行動することは、自分が本当に大切にしたいことや、やりたいこと、望みを考えるので、「自分を大切にすること」ということにつながります。そして、それは、自分が決めたことに責任をもつということにもなり、真の自立を確立させることとなります。しかし、「他人軸」は、他者からどう思われるかを気にするあまりに、自分の思考を軽視し、自己否定的な考えに陥りやすくなります。物事がうまくいかなかった際に、「私が決めたのではない。〇〇にこう言われたから、こうしたんだ。」と人のせいにもできてしまいます。

人の気持ちは複雑なものです。「自分軸」と「他人軸」、どちらか100%で物事を決断できるものはないと思いますが、どちらがより多くを占めているかは、今一度考えてみるのもよいのではないのでしょうか。

最後に、大人は、子どもたちが純粋に「自分軸」で考え、自分の気持ちとよく向き合って物事を決定し、実行することができる環境や時間を与えていくことが大切なのではないかと思えます。

### 〈通知表の所見欄の記載について〉

昨年度よりお知らせしていたとおり、今年度から通知表の担任による所見は、年度末のみの記載とさせていただきます。なお、1学期のお子さまの様子は、夏季休業中の三者面談の際に、また、2学期のお様子は、12月の三者面談の際に、担任より直接お話しさせていただきます。御理解のほど、よろしくお願いたします。

○「がん教育」講演会（6月16日[月] 6校時 2年生）

肺がんを罹患された方に、御自身の体験から主にがんになる前にできること、がんと診断されたときはどう行動したらよいかについて説明していただきました。その話の中で2人に1人はがんにかかり68%の人が治っていることを知り、定期検診をし、早期に発見して治療することが大切だということを理解しました。



○「高校出前」授業（6月17日[火] 5・6校時 3年生）

都立・私立高校10校の先生をお招きして、それぞれの高校の特色を活かした授業を、生徒が2校選り1時間ずつ行なっていただきました。7月11日（金）に1回目の進路説明会を行いました。いよいよ進路選択にむけた取り組みが始まり、貴重な体験となりました。



○「食育」講演会（6月30日[月] 1校時 全校生徒）

スポーツ栄養の現場で多くの経験を積まれ、柔道の男女日本代表の栄養サポートを行った方をお招きし、主に①栄養（食事）と運動、休養の関係について②食事の基本のかたちと効果的な食事の取り方について③捕食の取り方について話をいただきました。食事量が足りないときの授業・練習中のエネルギーの状態のグラフを見て、しっかり睡眠をとり、食事をしっかり取る基本的なことが大事だということをおぼろげに確認しました。



○「多様性の学習」講演会（7月4日[金] 5校時 1年生 6校時 2・3年生）

くにたち男女平等参画ステーション・パラソルの方に来ていただき、5校時の1年生は主に「誰もがもっている境界線・性の多様性」について、6校時の2・3年生は「誰もがもっている境界線・性の多様性」「性の多様性に伴うアウティング」について話していただきました。お互いを認め合い、差別や偏見のない公正・公平な態度ですべての人に接していくこと、知り得た他人の秘密を本人の同意なしに話してはいけないことを学習しました。



○ 租税教室（7月7日[月] 3年社会科授業）

税の種類・納税の仕組みについて、説明を聞いた後、納税額の計算をグループに分かれて行い発表し、理解を深めました。



○ 交通安全教室（7月7日[月] 6校時 1年生）

危険運転の動画や事故の写真を見て、自転車を利用するときの交通ルールや注意することについて学習しました。



○ カジュアルウィーク（7月7日[月]～16日[水]）

生徒は学びの場にふさわしい服装を自分で判断し登校していました。普段は見られない仲間の違った面に触れ、互いの個性を知り交流を深めるきっかけとなりました。



○ SOSの出し方教育（7月10日[木] 6校時 1年生）

クロームブックを用いて、ストレスに対してどうしているか、つらそうにしている人がいたらどうするかなど意見交流を行いました。動画を見て、SOSの出し方を学習し、国立市保健センターの方に相談機関を紹介していただきました。



【表彰】

◇卓球部 第10ブロック夏季卓球大会 女子団体 第5位  
女子シングルス 第3位 3年 男子シングルス ベスト16 2年

7月の予定	
16(木)	中央委員会 二中STEP(14:45~16:30) (1) スクールバディ研修会3回目(放課後)
17(木)	給食終 大掃除 ②③④各学年集会 SC相談日
19(金)	終業式 安全指導日
21(月)	海の日
22(火)	夏季休業日始 国立市立小・中学校合同授業研究会(教員)
23(水)	夏季学習教室始 三者面談始
31(木)	夏季学習教室終
8月の予定	
1(金)	三者面談終
12(火)~18(月)	学校閉庁日(中学校)
26(火)	夏季休業日終
27(水)	始業式 生徒会役員選挙公示 避難訓練(保護者・地域と連携)

28(木)	給食始 II期時間割始 休み明けテスト
29(金)	安全指導日 SC相談日 9月の予定
1(月)	学校公開週間始
2(火)	生徒会役員選挙活動始 二中STEP(15:45~17:30)
3(水)	かがやき授業始 SC相談日
5(金)	SC相談日
6(土)	道徳授業地区公開講座(学校公開週間終)
9(火)	(2)貧血検査AM 二中STEP(15:45~17:30)
10(水)	中間テスト2週間前 SC相談日 国立市立小・中学校合同授業研究会(教員)
11(木)	生徒会役員選挙⑥ (3)模擬選挙⑥
12(金)	学校保健委員会 安全指導日 SC相談日
15(月)	敬老の日