

# 真中だより



第7号

令和6年12月25日  
町田市立真光寺中学校  
校長 矢島 加都美

教育目標 真剣に学び 自然や人を愛し たくましく生きる生徒

校長 矢島 加都美

「調整し、体験する。そして身に付ける！」

視覚からの情報は直感的に理解を促す有効な手段ですが、その情報と過去の経験や学びと結びつけて答えを導き判断をするのは私たち一人一人の人間です。ところが情報化が進んだ現代、1日に入ってくる情報量は江戸時代の1年分、平安時代の一生分などと言われるほど膨大な量です。必要な情報を選択するのも一苦労ですが、果たしてその情報の真偽について考



え選択できているか、ということとても怪しく自信を無くしてしまいそうです。今では普通にできる写真や動画の加工、CHAT AI を使った論文や作文・・・なかなか見分けが付きません。経験が豊富な大人であれば理解が容易なことも、人として発展途上の中学生にとっては、情報からなんとなくわかった気になって、実はよくわからなかったなんてことはよくあることです。生活の中で実際自分で体験し、実感として身に付けていくことが非常に重要なことだと考えます。



例えば、勉強方法。スマートフォンで『勉強方法中学』と検索したら23,200,000件ヒットします。様々な方法が提案されますが、実際自分に合った方法はわからず『どれも違う気がする』⇒『やっても意味がない』⇒『やらない』これは頭の中で想像しただけで実際に勉強していないので、結果は全くでてきません。あえていうなら、できない言い訳を獲得しただけとなってしまいます。そうではなく、『この方法がいいと聞いたからやってみようか』⇒『なんかちがう』⇒『こうしたらどうだろうと、最初の方法を自分用に調

整する。』⇒『結果がでた（出ない）』⇒『どの方法がどう良かった（悪かった）のかをふりかえり、さらに調整する』この調整を繰り返す、自分にあった勉強方法を見つけて、身に付けてほしいと思います。結果は一朝一夕には出ませんから、あきらめず一定期間は粘り強くやっていくことも大切なことです。（※最近の研究では紙と鉛筆のアナログの学習が見直されています。特に『書く』ことは学力の向上に有効とされています。）また、コミュニケーションや人間関係も同様に調整することが大切です。想像力を働かせて、『こう声をかけてみよう』『もしこう言われたらこう答えよう』と作戦を考えたり、スマホで検索して、有効な方法を探したりしますが、勉強と違って『相手』がある分厄介です。自分が想像する相手からの理想の返しなんてなかなかありません。そんな時は誰でも落ち込んでしまいます。勉強方法と同じで『聞こえなかったのかもしれない』『そんな風に考えてたんだ』などと思考を調整し、行動や思考を変えることが問題を早く解決するために有効な方法かもしれません。2学期も今日で最後です。どうぞよいお年をお迎えください。冬休みは、日本の伝統的な年の瀬やお正月の行事があります。『実際に自分で体験する』『実感として身に付けていく』経験がたくさんできます。様々な経験から『調整する』ことを意識してみましょう。成長にきっとつながります。



お忙しい真光寺中学校の教育活動にご理解、ご協力いただきありがとうございました。どうぞよいお年をお迎えください。

## 「真中命の日」

担当 渋谷 一明 教諭



11月5日(火)に、「国境なき医師団」の看護師として世界中でご活躍される佐藤太一郎(さとう たいちろう)先生をお招きしてご講演いただきました。

佐藤先生はこれまで世界中のさまざまな地域で活動されていて、その中にはハイチやスーダンのように武力抗争や紛争が行われている真っ只中の場所も多くありました。まさに日々人命が危険にさらされ続ける環境で、深い傷を負いながらも生きようと苦しむ人々と向かい合ってきた佐藤先生の記憶に触れ、普段は目にする事の少ない世界の現状を知りショックを受けるとともに、平和な日本で暮らせることの尊さを改めて感じる機会となりました。

また、佐藤先生は世界中で医療を提供するためには、医師や看護師の行う医療行為のほかに、事務作業や運搬、あるいは広報活動など多くの仕事にかかわる人材が必要だというお話もしてくださいました。「外国語が苦手だけど、将来は世界で困っている人々を助きたい」という人たちにとって、将来の選択肢が広がったのではないのでしょうか。

## 後期生徒総会

生徒会担当 川野 早絵 教諭

11月14日(木)の6時間目に後期生徒総会が行われました。

後期から2年生が生徒会や委員会の代表となり、司会、議長などもすべて2年生が務める初めての生徒総会でした。

生徒総会では前期生徒会長、後期生徒会長のあいさつから始まり、各委員会の委員長から活動方針、活動内容を発表しました。リハーサルでは緊張して声が震えたと言っていた生徒もいましたが、本番では堂々と大きな声で発表している姿が印象的でした。その姿を見ている生徒全員が静かに真剣に話を聞いていて、厳粛な雰囲気の中、生徒総会が進んでいきました。まさに生徒の生徒による生徒のための生徒総会だと感じました。とても素晴らしかったです。

今後は生徒会や委員長が中心となってこの学校を引っ張っていく存在となります。ですが、生徒会や委員長のみならず、生徒全員がより良い学校づくりのために何ができるのかを考え、行動できる人になってほしいです。後悔のないよう、挑戦を恐れず、さまざまなことに積極的に取り組んでください。皆さんの活躍を期待しています。



## 町田市立中学校連合音楽会

11月7日(木)、町田市民ホールで「町田市立中学校連合音楽会(合唱)」が開催されました。真光寺中学校の代表は、「合唱祭」で最優秀賞を獲得した3年2組が出場しました。

講師の眞鍋淳一先生から次のような講評をいただきました。

### 1曲目 あなたへ ～旅立ちに送るメッセージ～

- ・優しい柔らかい声で歌えています。また、各パートバランスの良い合唱になっていますね。

### 2曲目 信じる

- ・本気(マジ)で前向きに歌えていることがステキです。強弱、生き生きした歌声が好感がもてました。

何事にも一生懸命取り組めるクラスに見えます。仲間を信じて頑張ってください。

真光寺中学校の代表として、素晴らしい合唱をホールいっぱいに響かせてくれました。



## 2024 がん教育教室

齊藤 静栄 主任養護教諭

11月27日（水）5時間目「がん教育教室」として東京医科大学八王子医療センター看護部 福島 里子 先生のお話を全校で聞きました。福島先生の専門は、緩和ケアの専門のお仕事をされています。



お話はクイズに答えながら楽しく学んでいきました。現在、がんになる人の割合は、2人に1人です。がんによる死亡数は、増え続けています。がんのしくみや原因について、望ましい生活習慣によりがんになるリスクを減らすことができます。がんの治療は、手術・薬・放射線治療があります。治療法を理解し自分で選ぶという意識が大切です。治療には、「緩和ケア：患者とその家族に対し病気に伴う体と心の痛み・つらさを和らげるための支援」がされています。自分らしく生きられるようにがん患者の「生活の質（クオリティ・オブ・ライフ）」の維持・向上が大切です。緩和ケアの連携で希望をもって生きること、がんについて正しく理解することが、だれもが暮らしやすい社会につながります。

～生徒の感想から～

- \*緩和ケアの方々は患者さんのために、一生懸命考えて希望によりそいたいとしてくれていることがすばらしいと思いました。
- \*2人に1人はがんになると聞いてとても驚きました。また3人に1人はがんで死ぬと聞いて身近な病気だと思いました。がんになりたくないの生活習慣など気を付けたいし、大人になったら検診も行きたいです。
- \*がんというだけで怖がっていたけれど怖がるだけではなくむきあっていくことが大切だと思いました。
- \*がんは誰でもなる可能性がある病気だと知って、予防できることはしっかり対策をしていきたいなと思いました。正しい知識を持つことも大事だと思いました。
- \*がんは、深刻な病気だと思っていましたが、あらためて苦勞する病気だなと思いました。でも看護師さんたちが患者さんを助けたり集まって話をしている場面をスライドで見たり聞いたりして身近な人ががんになっても安心してまかせられるなと思いました。
- \*がんになった人に対して総勢80人もスタッフがついてくれて身体面から精神面までしっかりとサポートしてくれると知り凄いなと思いました。

今回の講演の真中生の感想は、自分はもちろん、家族や周りの方も大切にしていることがうかがえました。あたたかい感想が日常生活もあたたかくしてくれることでしょう。

## 芸術鑑賞教室

担当 中 優菜美 教諭



12月9日（月）にキャラメルマシーンさんをお招きし、「スーパーサイエンスマジックショー」を披露していただきました。

クスッと笑える仕掛けやアッと驚くようなマジックを見ていくうちに、生徒たちはだんだんとキャラメルマシーンさんの世界に引き込まれていきました。

講演では生徒や先生が実際に体験できる場面もありました。コップの中の水が消えたり、レモンの汁で風船が割れたり、静電気でビリビリ水を作ったり…サイエンスショーということで科学の仕組みについて楽しく学ぶことができました。

最後にお話しいただいた「やってみないとわからない」という言葉が印象的でした。さまざま思いや考えをもつ皆さんが、いろいろなことに挑戦し、目標に向かって頑張る姿をこれからも応援していきたいと思いました。



## 「和敬静寂」を実感

第1学年 山田 慎一 主幹教諭

11月29日(金)に鶴川にある虚心亭(きょしんてい)という茶室で茶道体験を行いました。各クラスで本格的な茶道を体験しました。当日は、天気にも恵まれ、紅葉の深まる美しい日本庭園を前にした茶室で、慣れない正座に我慢しながら、静かな気持ちでお茶を飲みました。生徒たちも茶室の雰囲気感化され、たてられたお茶を作法にそってゆっくりと飲み干しました。また、お茶を運んだり、お茶をたてたり、本格的な庵(いおり)に入ったりして、普段の生活ではやらないような所作を学びました。



引率した大人(男性)は正座が苦しいものの、生徒の前では態度に出せない我慢をした1日でした。

茶道のテーマは「和敬静寂」でした。「客と主人が心を通わせ互いに敬う。茶室の雰囲気を清浄な状態に保つ」というものでしたが、それが中学生の心にもしっかり響いた茶道体験となりました。

ぜひ、虚心亭に足を運んでほしいです。

## 頑張る真中生

### 中学生の「税についての作文」

まちだ納税貯蓄組合連合会 **会長賞** 佐藤 成真 君(3年)  
**優秀賞** 湊田 怜愛 さん(3年)

「税の標語」 間税会 **特別賞** 田中 廉誠 君(2年)

### 東京都産業教育振興会「作文コンクール」 **入選**

大向 滯美 さん(1年) 田村 優多 君(1年) 巻田 琉衣那 さん(3年)  
神永 武昭 君(3年) 狐塚 仁菜 さん(3年) 佐久真 千寧 さん(3年)  
花城 桜さん(3年) 海野 雅裕 君(3年) 盛 香名美 さん(3年) 境 彩羽さん(3年)

吹奏楽部 第64回東京都中学生吹奏楽コンクール **銀賞**

### 陸上部 第73回 はちおうじT&Fトライアル

女子中学2年 4×100m **第1位** 記録 53"52  
(青木さん・スカーレットさん・三浦さん・バルバレスキさん)

女子中学2年100mH **第2位** スカーレット 里那 さん(記録15"52)  
\*スカーレット里那さんは、強化選手に選出されました。

女子中学2年100m **第6位** バルバレスキ バレンティーナ さん(記録13"72)

### 神奈川県ジュニア体操競技選手権大会

菅家 凧人君(1年) **総合 第4位**  
ゆか **第2位**(7.750) 鉄棒 **第4位**(7.750)  
跳馬 **第4位**(8.600) あん馬 **第4位**(8.250)

ピティナ・ピアノステップ(後援:文部科学省) **継続表彰** 岩淵 優暖 さん(2年)