

# 山崎中学校だより

令和8年1月8日 1月号  
町田市立山崎中学校  
校長 小平 千佐子  
〒195-0074 町田市山崎町1445  
TEL 042-793-1021

<https://machida.schoolweb.ne.jp/1320106>



「選ぶ力」～未来の自分のために～

副校長 治田 修幸

あけましておめでとうございます。

新年を迎え、生徒のみなさんの顔には新たな目標に向かう決意が輝いているように見えます。冬休み中は、家族とゆっくり過ごしたり、自分の好きなことに打ち込んだりと、充実した時間を過ごせたことでしょう。いよいよ今日から3学期が始まります。この学期は、1年間の締めくくりであり、次のステップへ向けての準備期間です。実りある日々となるよう、一緒に頑張りましょう。

今年の干支は「午（うま）」です。

干支の「午」という文字には、様々な意味や願いが込められています。古来より馬は、人が到達できない遠い場所まで、人々を運び、文化を広げる大切な役割を担ってきました。その姿から、「行動力」や「前進」の象徴とされています。また、馬が元気に駆け回る姿は「健康」や「生命力」を意味し、停滞することなく「目標に向かって一気に駆け抜ける」という願いが込められています。そんな願いが込められた午年に、新しい一年をどう生きるか、どんな自分になりたいか、改めて考えてみませんか。その鍵となるのが、私たち人間が日々、何気なく行っている「選ぶ」という行為です。

みなさんは、人間が1日に何回「選ぶ」という行動をしているか、知っているでしょうか。

ある研究者によると、大人は1日に約35,000回もの選択をしているそうです。もちろん、これは「朝食にパンとご飯のどちらを選ぶか」といった意識的なものから、「今、どのページに目をやるか」「次の瞬間、腕を組むか組み直すか」といった無意識の小さなものまで全て含めた数です。

この膨大な数の選択の中で、私たちが意識して行っている選択は、ごく一部かもしれません。しかし、意識しているか否かに関わらず、この一つひとつの「選ぶ」という行動が、今のみなさんという「人間」を形作っています。

例えば、

**テスト前に「テレビを見る」か「あと1時間、勉強する」か。**

**友達の悪口を聞いたとき、「一緒に笑う」か「何も言わない」か。**

**部活動で辛い場面に直面したとき、「諦める」か「もう一步踏ん張る」か。**



みなさんの日々の生活は、まさにこの「選択」の積み重ねによって成り立っています。そして、この3学期、特に大切なのは、「未来の自分にとってより良い選択肢」を意識して選ぶことです。

## 1 目標への選択:夢から逆算する

目標や夢をもつことは素晴らしいことですが、それに向かう道のりは、日々の小さな選択によって決まります。まずは「未来の自分がどうありたいか」を具体的にイメージしてください。その「未来の自分」を達成するためには、「今、何を選ぶべきか」を逆算して考えてみましょう。

「あの高校に合格したいから、今日はスマホではなく、教科書を選ぶ。」

「チームで勝ちたいから、自分の意見を主張するよりも、仲間の話を静かに聞くことを選ぶ。」

目的意識をもった選択は、みなさんの行動を一つひとつ意味のあるものに変えてくれます。

## 2 人間関係の選択:感謝と尊重を選ぶ

私たちは一人で生きているわけではありません。学校生活、家庭生活、すべてが人との関わりの中で成り立っています。この一年、ぜひ「相手への感謝と尊重」を選ぶことを意識してください。

「相手の気持ちを想像し、優しい言葉や行動を選ぶ。」

「自分の間違いを認め、素直に謝る勇気を選ぶ。」

良質な人間関係は、みなさんが困難に直面したときに、大きな支えとなります。



## 3 挑戦の選択:安全地帯から一步踏み出す

失敗を恐れて、いつも安全な道ばかりを選んでいませんか？ 馬が力強く大地を蹴って進むように、この一年は少しでも「挑戦」を選んでみましょう。

「苦手な教科だけど、先生に質問して、やってみることを選ぶ。」

「失敗してもいいから、学級の委員に立候補することを選ぶ。」

挑戦によって得られる経験は、みなさんの自信となり、次の選択の幅を広げてくれます。

保護者のみなさまにおかれましても、お子様が自らの意志で行動を選ぶ機会を尊重し、時にはその選択を温かく見守っていただくことが、成長の大きな糧となります。

新しい一年、本校の全教職員も、生徒一人ひとりが「希望あふれる未来を自ら選ぶ力」を身につけられるよう、全力で支援してまいります。

「行動力」や「前進」を象徴する午年のごとく、生徒のみなさんが躍動し、大きく成長する一年となりますよう、心から願っています。本年も、どうぞよろしくお願いいたします。

<P.S.>この記事を読んだ後、今年のみなさんの目標達成のために、最初に行うべき「選択」は何ですか？ ぜひ、その意識して選んだ行動を実践してください。



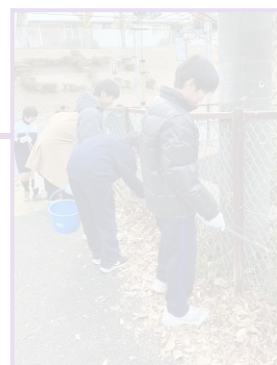
## 12月のいろいろ



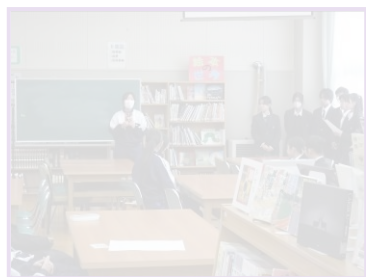
### 主体性が光った委員会活動

12月は、各委員会による独自色豊かな取り組みが数多く見られました。

保健委員会による「身体計測イベント」では、健康への関心を高める工夫が凝らされ、連日多くの生徒が計測に訪れました。環境委員会の「校外清掃」では、寒い中でしたが積極的にゴミ拾いを行い、地域社会へ貢献しようとする真摯な姿が



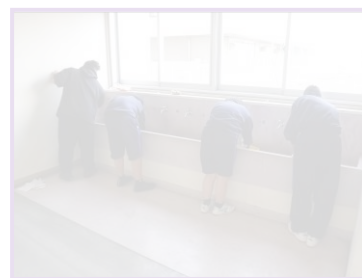
印象的でした。また、図書委員会の「ビブリオバトル」は、自分が選んだ本について堂々と発表する姿が素晴らしく、本を通じた対話で知的な刺激を全校に広めました。



どの活動も、生徒たちが自ら考え、真剣に取り組んだことで、学校全体に新しい活気が生まれています。こうした特別な活動も、日常の委員会活動も、全校生徒が安全に楽しく学校生活を営んでいくために、どちらも必要不可欠なものです。3学期も、委員会活動がさらに充実し、山崎中学校がさらに活性化していくことを楽しみにしています。

### 感謝を込めて、校舎も心もピカピカに

大掃除の様子をご紹介します。まず、8組が先陣を切って、12月23日（火）の午後にひと足早く大掃除に取り組みました。流しや廊下の壁など、普段はなかなか手が回らない場所まで、みんなで協力して丁寧に磨き上げました。一生懸命に清掃に励む姿からは、この1年間への感謝の気持ちが伝わってきました。校舎も心もスッキリと綺麗になりました。



その翌日の午後は、1年生から3年生まで一丸となって、大掃除を行いました。どの学年も教室の床や窓、廊下の隅々まで、日ごろの感謝を込めて一生懸命に磨き上げました。みんなで協力して熱心に取り組む姿はとても頼もしく、校舎全体がパツと明るくなったようです。清々しい気持ちで、新しい年を迎える準備を整えることができました。

### 卓球部 都大会に出場!!

12月26日（金）に、卓球部の女子3名が、個人戦で都大会に出場しました！

大舞台という緊張感の中、選手たちは日頃の練習で積み重ねてきた技術と精神力を存分に発揮しました。一球一球に集中し、最後まで粘り強く球を追う姿は、応援するたちに大きな感動を与えました。相手に気圧されることなく、今の自分にできる最高のパフォーマンスを追求し、最後まで全力で戦い抜くことができました。この経験を糧に、卓球部全体がさらに高みを目指して成長していくことを期待しています。



### 「わくわく」を原動力に～ゆめのきの取り組み～

分教室ゆめのきでは、生徒一人ひとりの主体性を育む「わくわくエンジン～やってみよう！ やってみよう」の活動に取り組んでいます。

「わくわくエンジン」とは、その人の心の奥底にある「好き」や「やりたい」という、行動の源泉となるエネルギーのことです。生徒たちは



このエンジンを原動力に、校内での創作活動や校外での地域探究など、自ら計画を立て、その計画を12月12日（金）に実行に移しました。

「自転車で多摩動物園まで行く」「自分が生まれた街を探索する」「マカロンを作る」「編み物をする」など、自分の「やってみたい!」を実現できた1日。その充実感は何物にも代えがたいものでした。正解のない問いに向き合い、試行錯誤しながら「やってみたい」を形にする経験は、何よりの学びです。自分らしく輝くゆめのきの生徒たちの活動を、これからも温かく見守っていきます。



## 保護者のみなさまへ

清々しい新春を迎え、子どもたちの元気な笑顔が学校に戻ってまいりました。冬休み中の温かな見守りに心より感謝申し上げます。

本年度も残りわずかとなりました。教職員一同、子どもたちが自信をもって次のステップへ進めるよう、一日一日を大切に教育活動に邁進してまいります。本年も変わらぬご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



## ☆1月の予定☆

1	木	元日	11	日		21	水	イングリッシュフェスタ(2年)
2	金		12	月	成人の日	22	木	
3	土		13	火	学校公開(~17日)	23	金	避難訓練 未来塾
4	日	学校閉庁日終	14	水	あいさつキャンペーン(~17日) 一斉委員会	24	土	
5	月		15	木	中央委員会	25	日	
6	火		16	金	交流学習会(8組) 未来塾	26	月	都立推薦入試
7	水	冬季休業日終	17	土	土曜授業 百人一首大会(1・2年) 新入生保護者説明会	27	火	都立推薦入試
8	木	始業式 職員会議 安全指導 心のアンケート	18	日		28	水	中教研発表会
9	金	給食始 未来塾	19	月	振替休業日	29	木	スポーツ交流会(8組)
10	土		20	火		30	金	未来塾
						31	土	

## 令和8年度 新入生保護者説明会のお知らせ

- 日時 令和8年1月17日(土) 14:00~15:00 (受付開始 13:30)
- 場所 町田市立山崎中学校 体育館
- 内容 ①学校長あいさつ ②中学校の学習について ③中学校生活について  
④保健について ⑤PTAより ⑥事務連絡
- その他 当日は学校公開も行います(時間 8:50~14:00)。

当日保護者会後に、業者が来校し、体育着、上履きの販売を行います。

