

山崎中学校だより

No.4(7月号) 号外

令和8年7月17日

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

042-793-1021

学校HPはこちら⇒



「7月号」の号外です。紙面に収まり切れなかった内容について、ホームページ上で公開します！

脳に記憶を刻む、新しい体験～かき氷のシロップと時間～

副校長 治田 修幸

1学期が終了し、いよいよ明日から約40日間の夏休みが始まります。夏といえば「かき氷」。お祭りの屋台などで、いちご、メロン、レモン、ブルーハワイ……どれにしようか迷った経験はありませんか？

ここで、みなさんに面白いトリビアを一つ紹介します。

実は、市販されている一般的なかき氷のシロップは、「いちごも、メロンも、レモンも、すべて『同じ味』」です。

「いやいや、絶対に味が違う！」と思うかもしれません。でも、原材料はどれも同じ「果糖ブドウ糖液糖（砂糖水）」に、それぞれの着色料と香料を加えただけ。私たちは、赤い色を見て「いちごの味」だと脳が錯覚し、緑色を見て「メロンの味」だと脳が思い込んでしまうのです。人間の脳というのは、これほど簡単に「だまされてしまう」ものなのです。

実は、みなさんが明日から迎える夏休みの「時間の長さ」についても、脳はまったく同じように、面白い錯覚を起こします。夏休みが始まる前、40日間はとても長い、と想着いても、終わって見たらあっという間に過ぎてしまった、と感じる人は多いのではないのでしょうか。「時が経つのが早く感じる」——これは、脳の仕組みによる錯覚です。

人間の脳は、「初めて体験すること」や「心が動いたこと」に出会うと、それを大切な情報として、深く、細かく記憶に刻み込みます。記憶にたくさんのデータが残るため、後から振り返ったときに「中身が詰まった、長い時間だったな」と感じます。

一方で、毎日が同じことの繰り返しだと、脳は「これは記憶しなくていいや」とサボってしまいます。その結果、振り返ったときに「え、もう夏休み終わり？ あっという間だったな」という錯覚が起きるのです。

つまり、夏休みを長く、充実したものにするかは、みなさんが「新しい体験」や「心が動く体験」をどれだけ脳に届けてあげるかで決まります。



1・2年生のみなさんは、ぜひ日常の中で、自分から「初めて」を探して挑戦してください。いつもと違う道を歩く、普段読まない本を読む、家事を一つ自分で決めて手伝う。それだけで、脳は新しい刺激を受け取ります。

そして、「今年は受験勉強ばかりで、新しい体験なんてする余裕はない」と思っている3年生のみなさん。実は、受験勉強の中でも、脳に「新しい体験」をプレゼントすることは十分に可能です。例えば、「勉強する場所」を変えてみる。いつもの自分の部屋ではなく、図書館

や、塾の自習室、あるいは早朝のリビングで勉強してみる。これだけで脳の環境認知が変わり、新鮮な刺激になります。

また、勉強中に「あ、そういうことか!」と、謎が解けて「心が動いた瞬間」。これも脳が最も喜ぶ新しい体験です。机に向かう毎日を、ただの「同じことの繰り返し」にするか、それとも「毎日、新しい自分に出会う挑戦」にするか。それはみなさんの心がけ次第です。

せっかくの40日間です。スマホの画面ばかりを見つめて、あるいは嫌々勉強をこなして、脳に「昨日と同じ毎日」を覚え込ませるのはもったいない。ぜひ、それぞれが「新しい体験」を自分から作り出し、みなさんの脳に、カラフルで、ずっしりと重い、最高の夏休みの記憶を刻み込んでください。体に気をつけて、充実した夏休みを過ごしてください。2学期の始業式、みなさんの元気な顔に会えるのを楽しみにしています。



6月・7月のいろいろ

本号にて紹介しきれなかった学校の様子について掲載します!

台風による2日間の休校

6月は、3日(水)と27日(土)の2日間にわたり、台風の影響による臨時休校の措置をとりました。6月という時期に2度も台風で休校になることはあまり例がなく、近年の気候の変化や自然災害の脅威を身近に感じる経験となりました。



また、3日(水)には本校の体育館に地域の避難所が設置されました。学校が学びの場であると同時に、いざという時には地域全体の安全を守る拠点としての役割を担っていることを改めて認識する機会となりました。

今回の経験を通し、災害時に慌てず行動できるよう、日頃からの備えや家庭での防災への話し合いが極めて大切であると教職員・生徒一同、深く痛感いたしました。



地域を美しく! ~生徒会・環境委員会合同校外清掃~

7月10日(金)に、生徒会と環境委員会が合同で校外清掃ボランティアを実施しました。当日は多くの生徒が自主的に参加し、学校周辺や近隣の数か所のエリアに分かれて、熱心にゴミ拾いなどの清掃活動に取り組みました。

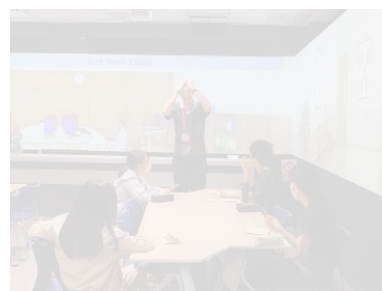
自分たちが暮らす地域のために一生懸命に汗を流す姿からは、誰かのために自発的に行動する素晴らしい「ボランティアマインド(奉仕の心)」が随所に感じられました。地域を美しくしたという達成感は、生徒たちにとって大きな充実感につながったはずです。今後もこうした身近な社会貢献活動を大切に、豊かな心を育ててまいります。

伝わる喜びを体感! ~分教室 英語校外学習~

本校の1年生に続き、分教室の生徒たちも立川にあるTGGへと出かけ、英語校外学習を実施しました。

現地では、ホテルでのチェックインの手続きをはじめ、海外の日常生活を再現した様々なシチュエーションの中で、実践形式の英語学習に挑戦しました。生徒たちは、ネイティブのスタッフの方々と相手に、臆することなく積極的にコミュニケーションをとる姿がとても印象的でした。

授業で学んだ英語が「実際に通じた」という喜びは、生徒たちにとって大きな自信につながったはずです。今回の貴重な体験をきっかけに、語学への興味関心をさらに高め、自身の世界を広げていってほしいと願っています。



星に願いを込めて ～心温まる校内の七夕飾り～



7月の風物詩といえば七夕です。校内でも、生徒たちが思い思いの願い事を書いた色とりどりの短冊が廊下等に飾られていました。短冊を覗いてみると、部活動の目標や進路の実現といった「自分の願い」はもちろんのこと、「家族やみんなが健康でいられますように」といった、周囲の人の幸せや健康を気遣う優しい言葉がたくさん見られました。

自分自身のことだけでなく、身の回りの仲間や他者を思いやることができる生徒たちの温かい心に触れ、見ているこちらまで心がじんわりと温くなるような素敵な七夕となりました。みんなの願いが夜空に届くことを願っています。

ご家庭での熱中症対策をお願いします

夏休みは屋外での活動が増える時期です。こまめな水分補給はもちろん、適切な休息と涼しい環境での睡眠で疲れを残さないことも予防につながります。お子様の様子をよく観察し、安全な見守りをお願いします。



「熱中症特別警戒アラート」発表時の対応について



町田市教育委員会からの、町田市立小・中学校における「熱中症特別警戒アラート」が発表された際の対応について、ご連絡いたします。

『熱中症特別警戒アラート』が発表された際は、過去に例のない危険な暑さ等となり、人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがあることから、児童・生徒の生命を第一に考え、全ての町田市立小・中学校を休校とする。」とのことです。

前日の14時に熱中症特別警戒アラートが発表された後、15時までに町田市教育委員会から学校に情報提供されます。保護者の皆様への連絡につきましては、町田市教育委員会から情報提供され次第、速やかに学校からテロルやホームページ等で連絡をいたしますので、ご確認ください。

また、休校になった際のお子様の外出につきましては、健康に係る重大な被害が生じる恐れがあるため、屋内において、適切に水分・塩分補給をするとともに、空調設備を適切に活用し、熱中症事故の防止に万全を期すようお願いいたします。

夏休み中の主な予定

7月21日(火)～27日(月)	教育相談
7月22日(水)	連合音楽会(吹奏楽)
8月8日(土)～16日(日)	学校閉庁日

夏休み



🏠 9月の予定 🏠

9/1	火	始業式 引取訓練	11	金	通学区域保護者説明会1	21	月	敬老の日
2	水	給食始 あいさつキャンペーン(~4日)	12	土	土曜授業(5h) 通学区域保護者説明会2	22	火	国民の休日
3	木		13	日		23	水	秋分の日
4	金		14	月	振替休業日	24	木	一斉委員会
5	土		15	火		25	金	中央委員会
6	日		16	水	小中合同研修会(七国山小)	26	土	
7	月		17	木	中間考査	27	日	
8	火	学校公開日(~12日)	18	金	中間考査	28	月	
9	水	道德授業地区公開講座	19	土		29	火	議案書討議 一斉委員会
10	木	生徒会役員選挙	20	日		30	水	

計画的な夏休みをサポートする3つのアプローチ～保護者のみなさまへ～

「計画を立てたものの、三日坊主で終わってしまった」というのは、夏休みによくある悩みです。中学生が自分で決めた計画を実行し、自立した夏休みを送るために、ご家庭で意識していただきたいポイントを3つご紹介します。

◎「計画」は子ども自身に立てさせる

親が作った計画は義務感になり、長続きしません。「いつ、何を、どれくらいやるか」を本人に決めさせてください。保護者の皆様は「1日何時間やるの?」ではなく、「何時～何時の時間帯に机に向かう?」と、生活リズムの枠組み(時間帯)と一緒に確認するサポーター役に徹するのがコツです。

◎「時間」ではなく「量(タスク)」で管理する

「毎日2時間勉強する」という目標は、机に向かってばーっと過ごす時間を作りがちです。「今日は数学のワークを3ページ」「英単語を15個覚える」など、具体的な作業量で計画を立てると、達成感が得やすく集中力も維持できます。

◎「スマホ」のルールを再確認する

集中を妨げる最大の原因はスマートフォンやゲームです。「勉強中はリビングの充電器に置く」「自室に持ち込まない」など、誘惑を物理的に遠ざける仕組みを、事前に本人と話し合っておきましょう。

「勉強なさい」と指示する代わりに、「今日の分の計画はクリアできた?」という一言に変えるだけで、子どもたちの受け止め方は大きく変わります。一歩引いた温かい見守りとサポートをよろしくお願いいたします。

