



あかまつ



令和8年度9月号

令和8年9月14日(月)

校長 木下 英典



教育目標
○真の知恵
○善い行い
○美しい心

二中ホームページQRコード学校情報を掲載中

「自助」「共助」

校長 木下 英典

長かった夏休みが明け、校舎に元気な声と活気が戻ってきました。日焼けした顔や、引き締まった表情から、それぞれが学習や部活動等に打ち込み、充実した時間を過ごしたことが伝わってきます。一回りたくましく成長した皆さんと出会えたことを、大変嬉しく、また頼もしく思います。2学期は行事も多く、学校全体が大きく躍動する時期です。皆さんが安心して日々の学校生活に没頭できるよう、安全管理を第一に全力で支援していきます。



かくれる

さて、この夏休み期間中、自然災害の恐ろしさを改めて突きつけられるニュースに何度も接しました。7月に発生した熊本地震、そして8月に各地を襲った猛烈な台風や千葉県を中心とした線状降水帯による大規模な豪雨・浸水被害です。被災された方々には心よりお見舞いを申し上げますとともに、一日も早い復旧・復興を願うばかりです。これらの甚大な被害を目の当たりにしたとき、私たちはそれを「遠い地域の出来事」として終わらせてはなりません。気候変動の影響もあり、いつ想定を超える大雨や地震が私たちの地域で起きるか分からない時代を迎えています。明日は我が身か

もしれないという危機感を、私たち一人ひとりが「当事者」としての意識でもち続けることが求められています。特に中学生の皆さんには、これからの防災において二つの重要な視点を意識してほしいと思います。それは「自助」と「共助」です。一つ目の「自助」とは、「自分の命は自分で守る」ということです。災害は、必ずしも先生や保護者と一緒にいるときに起こるとは限りません。その瞬間に、「今、どこへ逃げるのが最も安全か」を自ら正しく判断し、迅速に行動できる力を身に付ける必要があります。そして二つ目の「共助」とは、「周りの人と助け合う」ということです。中学生という年齢は、体力的にも精神的にも、すでに地域社会の立派な一員です。いざ大規模な災害が発生したとき、皆さんは守られるだけの存在ではありません。避難所において、お年寄りや幼い子どものサポートをしたり、物資の配給を手伝ったりと、地域を支える貴重な「担い手」になることができるのです。皆さんがもつ若いエネルギーと行動力は、非常時の地域社会において大きな希望の光となります。11月1日には、にしみたか地区「地域防災訓練」がコミセンで実施されます。中学生の皆さんが「地域の一員」として、実際にどのような貢献ができるかを体験し、近隣の方々と顔の見える関係を築くための極めて大切な機会です。多くの生徒が積極的に参加してくれることを強く期待しています。学校では、今年度も月1回の実践的な避難訓練や全学年防災授業を行っていきますが、防災の基本はやはり「家庭」と「地域」にあります。保護者の皆様におかれましても、この機会にぜひ、ご家庭で以下の点について話し合ってみてはいかがでしょうか。



- ・地域の防災訓練への親子での参加(地域の避難場所や、近所に住む方々を実際に確認する)
- ・「タイムライン(防災行動計画)」の作成(どの警戒レベルで、誰が、どう行動するか)
- ・連絡手段の確認(スマートフォンが不通になった際、どの避難所で合流するかなど)

日頃からの小さな準備と、地域とのつながりこそが、緊迫した状況において命を分ける境界線となります。ご家庭、そして地域社会としっかりと手を携えながら、生徒たちの「生き抜く力」と「支え合う心」を育てていきたいと思っています。今学期も、本校の教育活動への変わらぬご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

◆ 万が一に備えて① ～避難救助袋の操作・降下訓練～

夏休み期間中、教職員による「避難救助袋」の設置説明および実技訓練を行いました。近年、学校現場における安全管理の重要性がより一層叫ばれています。今回は、万が一の火災などの緊急時に備え、教職員が確実に避難誘導や器具の操作を行えるよう実践的な研修を重ねました。



二中に設置されている「垂直式救助袋」の特徴は、建物の上階から垂直（まっすぐ）に地上へ下りるというものです。袋の中がらせん状になっており、落ちるスピードが出すぎないように安全にコントロールされる構造です。省スペースで設置でき、地上側



での固定作業が不要なため、状況に応じて1人でも操作・避難が可能です。

実際に教職員が3階から救助袋を使った降下体験を行いました。体験した教職員全員が安全に地上へ降りることができ、器具の特性や操作手順を肌で感じる貴重な訓練となりました。

◆ 万が一に備えて② ～集団下校訓練を実施しました～

8月25日（火）、始業式の日に全校で集団下校訓練を行いました。今回は「数時間以内に記録的大雨が予知された場合」を想定した訓練です。校庭では地区班長がプラカードを持ち、班長、1年、2年、3年、副班長の順に素早く整列。災害時の基本行動を確認した後、地区ごとに解散場所まで集団下校を行いました。帰宅後は班長から学校へ無事帰宅の連絡を入れ、訓練を完了しました。様々な状況を想定した訓練を重ね、いざという時に互いに助け合い、安全に行動できる力を育ててまいります。



◆ 生活指導部より ～新たな一步を応援し合う2学期に～

2学期始業式では、生活指導部より「生活リズムの調整」と「人とのかかわり方」について話をしました。

まず、夏休み明けのこの時期は、生活リズムが乱れやすく、心身ともに本調子ではない生徒も見られます。規則正しい生活を意識し、学校生活のペースを少しずつ取り戻してほしいと思います。また、夏休み中に困ったことや悩んだこと、事件や事故などに関わる出来事があった場合は、自分自身のことだけでなく、友達に関する心配な情報も含めて、担任へ相談・報告するよう呼びかけました。次に、2学期は、多くの生徒が新たな目標を立て、自分自身を成長させようと努力する時期です。その中で大切にしてほしいのは、「変わろうとしている人を応援できる人になる」という「人とのかかわり方」について話をしました。

1年生・・・新たな目標に向かって挑戦しようとする仲間を応援しながら、自分自身も前向きに成長してほしい。

2年生・・・部活動や委員会活動で学校の中心となる立場として、互いに高め合える関係づくりをしてほしい。

3年生・・・進路実現に向けて努力を重ねる中で、自分自身を認めながら、同じように頑張る仲間を支え合ってほしい。



2学期は、行事や学習を通して大きく成長できる学期です。クラスや学年、そして学校全体で、頑張る仲間を応援できる温かい雰囲気を大切にしながら、一人ひとりが安全で充実した学校生活を送れることを願っています。

◆CS 熟議 ～対話から広がる地域とのつながり～

8月24日(月)、にしみたか学園のコミュニティ・スクール(CS)熟議を開催しました。当日は、CS委員、教職員が参加し、「タニモク(他人に目標を考えてもらう手法)」を活用し、一人ひとりが現在の思いや課題を語り合い、多様な視点から新たな目標やアイデアを見出す活動に取り組みました。

熟議では、参加者が6～7人程度のグループに分かれ、一人ずつ「主人公」となって自身の考えや課題、願いを紹介しました。

その後、グループのメンバーが質問を重ねながら理解を深め、「私があなたの立場だったら…」という視点で目標やアイデアを提案しました。自分一人では思いつかない視点や発想に触れることで、新たな気づきや可能性を見出すことができる活動です。

参加者からは、「様々な立場の方の考えを聞くことで視野が広がった」「学校や地域のことを改めて考える良い機会になった」「対話を通してお互いの思いを共有できた」といった感想が聞かれました。世代や立場を超えて対話することで、お互いをより深く理解し、学校と地域が協働していく大切さを改めて実感する機会となりました。



◆第2回 UDL 校内研究会 ～「主体的・対話的で深い学びの実現を目指して～

9月1日(火)、本校において第2回 UDL 校内研究会を実施しました。今回は2年生を対象に、国語、理科、英語、数学の4教科で研究授業を公開し、教職員が授業改善について学び合う機会としました。研究授業では、生徒一人ひとりが主体的に学び、多様な方法で考えや学びを表現できるよう、UDL(学びのユニバーサルデザイン)の視点を取り入れた授業づくりが行われました。

研究協議では、授業者が「環境」「表現」「意欲」の観点から授業の工夫について報告し、成果や課題を共有しました。生徒が自ら学習に取り組み、仲間との対話を通して考えを深める姿について活発な意見交換が行われました。また、東京学芸大学教職大学院特命教授の川合一紀先生を講師にお迎えし、「主体的・対話的で深い学びの実現」をテーマにご講演いただきました。講演では、学びに向かう力を育むことの重要性や、「他者との対話」「教材や環境との対話」「自己との対話」を通して理解を深める学習の在り方についてご指導いただきました。さらに、知識や技能を関連付けて活用することが「深い学び」につながることで、子ども自身が学び方を選択できる学習環境づくり(子どもの視点)の大切さについて学ぶことができました。

今回の研究会で得た学びを今後の授業改善に生かし、生徒一人ひとりが主体的に学び、互いに学び合いながら成長できる教育活動の充実を図ってまいります。



◆合唱祭に向けた練習開始

令和8年度合唱コンクールのスローガンは、「唱歌一心 ～思い伴うこの歌を～」に決定しました。



「唱歌一心」には、みんなで心をつなげて歌うこと、そして歌に気持ちを込めてひとむきに歌うことという思いが込められています。また、「思い伴うこの歌を」には、一人ひとりの願いや気持ちを歌にのせて届けるという意味が込められています。

本日14日から特別時間割が始まり、毎日1時間の合唱練習に取り組みます。各クラス、各学年がそれぞれの思いを大切にしながら、どのような歌声を創り上げていくのかとても楽しみです。合唱コンクール本番は、10月2日に杉並公会堂で開催されます。心をつなげた歌声が会場いっぱいに響くことを期待しています。

◆二中教員のチャレンジ～湯谷先生にインタビュー～

本校通級担任の湯谷先生が、日本海から太平洋まで、北アルプス・中央アルプス・南アルプスを越えて駆け抜ける「トランスジャパンアルプスレース (TJAR)」に出場し、2位でゴールするという成果を出しました。そんな湯谷先生に、過酷な挑戦の様子を聞きました。



と)を余儀なくされました。トラブルに備えて抑えて走ったため、5日18時間で完走した際も筋肉痛はなく、「もっといけた」という感覚でした。日本海から太平洋まで、山の中や道路沿い、車の中からも本当に多くの応援をいただきました。

—— 最後に子どもたちへメッセージをお願いします。——

「何かを始めるのに遅すぎることはない」ということ。そして

「ゴールは逃げない、逃げるのは自分だ」ということです。「井の中の蛙にならず」、自分がまだ知らない広い世界へ飛び込んでほしいですね。

—— 試練の選考会 ——

🍷 今回の大会に出場するまでに、どのような過程があったのですか。

「山に入ったら1日で遠くまで行きたい」という思いから、トレーニングを始めました。そんな中、トランスジャパンアルプスレース (TJAR) というレースが行われていることを知り、未経験の領域へ挑むべく挑戦を始めました。選考会は南アルプス (長野・山梨) の 90km。携帯なしの読図走行や熊との遭遇、4分以内のテント設営テストなど過酷を極めました。2日間土砂降り・雷の荒天で、低体温症になり棄権も考えましたが、「始発バスまで待つなら走ろう」とスタートし、選考会の結果は1位通過でした。

—— 台風直撃の415km、耐え抜いた末のゴール ——

🍷 本番のレースの様子はどうでしたか。

8月9日午前0時にスタートしましたが、南アルプスで台風が直撃。台風が去ったあとも風速 25m の暴風と低体温症の危険から、6時間のビバーク (登山やアウトドアで、しっかりしたテントを使わず、岩陰や簡易テントなどで野外に露営 (野宿) すること) を余儀なくされました。トラブルに備えて抑えて走ったため、5日18時間で完走した際も筋肉痛はなく、「もっといけた」という感覚でした。日本海から太平洋まで、山の中や道路沿い、車の中からも本当に多くの応援をいただきました。



☆ 二中学生の活躍 ☆

☆空手	高瀬 壱晴	世田谷区空手道選手権大会 優勝
☆野球部		三鷹市市民スポーツ祭スポーツ大会野球競技 準優勝
☆卓球部	加藤 凜	令和8年度第54回関東中学校卓球大会 出場
☆合唱部		NHK 全国学校音楽コンクール 銀賞
☆吹奏楽部		第66回東京都中学生吹奏楽コンクール 銀賞
☆みたボラ	植木 憩	マスター認定 (みたボラ手帳3冊)
	中島 彩愛	マスター認定 (みたボラ手帳3冊)
	喜多 眞梨菜	エキスパート認定 (みたボラ手帳1冊)
	深田 真尋	エキスパート認定 (みたボラ手帳1冊)
	金岡 一渚	エキスパート認定 (みたボラ手帳1冊)