



東の大地

あきる野市立東中学校
学校だより第4号
学校経営支援部 広報担当
令和8年7月13日(月)

いじめ撲滅三原則「するを許さず」「されるを責めず」「いじめに第三者なし」

もう少しすると生徒たちにとって楽しい夏休みが始まります。夏休みは、今までの学習や生活を見つめ直すとともに心身を休める期間としても有効です。また、2学期に備え、志を新たに準備する絶好のチャンスでもあります。

保護者の皆様には、この4月以来、お子様の健やかな成長を支え、本校の教育に御協力くださりありがとうございました。

さて、江戸時代の儒学者である新井白石のエピソード『一粒の米』があります。新井白石が子供の頃、父親から言われた言葉です。米びつから米を一粒取っても、入れても量の変化はわからない。一日勉強したから利口になるわけでもない。一日怠けたから愚かになるわけでもない。しかし、1年、2年と続けていけば必ず変化が見えてくるという内容です。新井白石は、父親の話を聞いた後、一粒のお米を机の上にお守りとして置き、怠け心が起きたとき、その一粒を見て自分を励ましたそうです。

みなさんは、自分を励ます方法を何かもっていますか？私は、仕事に就いてからは有言実行を心がけ、目標が達成できたときや目標が達成できなかったとしても実行できたかどうかを自分に言い聞かせるようにすることが多いです。しかしながら、中学生から高校生の頃までは、誰にも目標を明かさず、努力する姿を見られないようにしていた自分を思い出すと不思議な気持ちになります。どこで、何が変わったのでしょうか…。

言葉としては、先に不言実行という言葉が存在し、その言葉をもじって作られた言葉が有言実行です。ところが有言実行にまつわる心理学の用語は実際に存在します。「公表効果」といいます。人々から自身が観察されていると認識した場合に、自身の行動やパフォーマンスが改善される現象を指します。やるべきことを周りの人に公表することによって、やらざるを得ない形を作るのです。誰にも語らず黙々と取り組むことは至難の業。「周りの目が気になる」思春期にはよくあることですが、公表効果は、そんな思いを味方につけてくれるということなのです。

不言実行で一粒のお米をお守りとして味方につけるもよし、公表効果で周りのみんなを味方にするもよし。夏休みは思いを実行に移すチャンスです。

2学期、「あきる野市立東中学校は、さらに飛躍します！」と公表しておきます。



あきる野市立東中学校 校長 齋藤 弘圭

上級学校講演会

6月16日(火)、3年生は進路学習として上級学校講演会を行いました。今年度は都立福生高等学校、昭和第一学園高等学校、大竹高等専修学校、飛鳥未来さすな高等学校4校の先生方に来ていただきました。講演中、3年生は集中してメモをとりながら話を聞いていました。講演会の運営にあたり、進路系の生徒が中心となって頑張って動いてくれたこともあり、スムーズに進行することができました。3年生はそれぞれの上級学校の違いや特色、学校生活の様子などについて講演を通して学びました。今後の進路選択について、今まで以上に考える機会となりました。

東中生の活躍

【ソフトテニス部】

令和8年度 第8ブロック中学校ソフトテニス選手権大会

女子団体：第5位

女子団体は、第8ブロックの推薦校として、都大会への出場が決まっています。

【陸上競技部】

【6月27日、28日 第72回全日本中学校通信陸上競技東京都大会(都大会)】

- ：男子1年走幅跳 4m42
- ：男子中学共通110mH 15秒89
- 男子中学2年100m 12秒03

7月下旬にも都大会があります。今大会以上の活躍を期待しています。

【剣道部】

【7月5日 第8ブロック剣道大会 団体】

- 女子団体：第3位

剣道部は男子団体、女子団体共に都大会への出場が決定しました。



学校閉庁日における緊急連絡について

令和8年8月12日(水)から令和8年8月18日(火)までの期間は、学校閉庁期間となるため、直接の連絡はできません。生徒の生命に関わる重大事案(交通事故や自然災害等)など、この期間に緊急で学校と連絡を取る必要が生じた場合のみ、あきる野市役所の代表番号(042-558-1111)にお電話ください。休日・夜間の担当者から教育委員会の職員を通じて、校長等に連絡をいたします。

なお、学用品の忘れ物や部活動の出欠席等の連絡については対応しかねますので御了承ください。

(あきる野市教育委員会教育部指導室)

今後の予定

7月		8月	
14日(火)	中央委員会	12日(水)	学校閉庁日始
16日(木)	給食終了	18日(火)	学校閉庁日終
	大掃除	27日(木)	夏季休業日終了
17日(金)	終業式	28日(金)	始業式
21日(火)	夏季休業日始		休み明けテスト
	三者面談(全学年)	31日(月)	給食開始(全学年)
31日(金)	三者面談終		
	水泳指導終了		