

# 中町中学校だより 丘山通信



令和6年度2月号  
多可町立中町中学校  
令和7年2月3日（月）発行  
<https://www.town.taka.lg.jp/naka-jhs/>  
電話 32-0009 文責：校長 神崎



## 「 受験という壁に挑む ～受験を通して人間力を育てる～ 」

学校長 神崎進吾



2月に入りました。3年生はこれからいよいよ進路決定に向けた試験等が本格的に始まります。2月10日（月）には私立高等学校入試、17日（月）には公立高校の推薦入試や特色選抜入試、多部制のⅠ期試験が予定されています。今から3月の公立一般入学者選抜を経て、卒業式後の公立高校の合格発表まで約1ヶ月半にわたり、3年生にとっては緊張の日々が続くことになります。この時期は、受験生にとって一番の頑張りどきであると同時に、精神的にも一番辛い時期でもあります。

今回は、大学受験予備校の東進ハイスクールの人気講師である林修先生が、以前テレビ番組でお話されていた「入試1カ月前に受験生にする話」を紹介します。彼の著書である「受験必要論」でも紹介されている大学受験のお話ですが、高校受験にも通ずるところが多いと思います。

「受験生にひと月前に必ずする話があるんですよ」と、林修先生が話を切り出します。

「あとひと月だね。別に君らが頑張ろうが頑張らまいが、オレには関係ない。ただ、これだけは言えるってことがある。このひと月頑張れるか頑張れないかが一生を決めるよ。一体どういうことなのか。（黒板に次の①～④を書きます。）」

「①ひと月頑張った結果、受かる人がでるよね。②ひと月頑張った結果、落ちる人がでるね。③ひと月頑張らなかったけど、受かる人がでるよね。なんか受かったちゃったと。④ひと月頑張らなくて落ちる人。これが一番多いかな。この4つに分かれると。」

そうしたときに、①ひと月頑張れて受かった人、あるいは、②ひと月頑張ったけど落ちた人はいいんですよ。オレは、ひと月は頑張れたと。だけど、そこまでの準備が足りなかったら落ちたんだからね」不合格になっても一ヶ月一心不乱で頑張ったという自信がついて、自分の足りなかった部分が見えてくる。④はなんで落ちたかもわからないし、自信もつかない。

「問題はこれ！」（語気を強め、黒板の③を指します。）

「受かったけど、なんか最後のひと月でオレは頑張れなかったな。まあまあ受かったけど、オレはひと月も頑張ることができない人間なのかという思いで生きていかなきゃいけない。そうなるかどうかは君たちの自由だよっていう話を、ひと月前にするんですよ」

ひと月頑張ることがどう今後の人生につながるのか。林修先生は、さらにこう続けます。「ひと月頑張れるってことは実はすごいことで。ひと月頑張れると、1年頑張れるね。1年頑張れる人は、極端な話、10年頑張れる。10年頑張れるっていう人はだいたい一生頑張れるんですよ。頑張れた自分というのが積み重なり、それが時間の経過とともに大きくなっていく。それが生きる上での自信につな

がるということではないでしょうか」

「受験勉強って、入試に受かった、受かんないっていうレベルの話に見えるかもしれないけど、『人間力が試される場』なんです。これを10代のうちにやっておくことに意味があるんですよ。で、それは勉強じゃなくてもいい。野球でもいいんですよ。仕事なら仕事でもいいけど。」

やっぱり10代の時に“オレはひと月頑張れるぞ”っていう自信を持って生きていくかどうか。なかなか自分でそういう目標を見つけるのは大変でしょ？ もしそれが見つかったらいいけど。そうじゃないとするなら、受験勉強に参加するのは悪くはないんですよ」

人間力が試される何か、ひと月頑張れる何かを見つけ、そのことに打ち込み努力していくことは大切です。しかしながら、人生経験が比較的浅い10代はなにに打ち込むもの、やりたいことを見つけることに苦労します。そうした境遇の10代にとってみれば、ひとまず頑張れる何かに「受験勉強」というのはうってつけだと林先生は言います。10代の受験生にとっての試験の意義というのは、もちろん合否をかけ、志望校に入学することが第一の目標にはなりますが、実は試験そのものが人間力を試されるものなのだというのです。

人生は、自分の思い通りにいくことなんてほとんどありません。人によって環境も違うし、身体能力も違うし、勉強に向いているかどうかの適性もあるし、運や不運もあるし、不公平で、不条理です。それでも、1ヵ月頑張るかどうかは、自分で自由に選ぶことができるのです。

皆さんには、ぜひ、受験を通して「自分は頑張れる人間だという自信」を自分の中に育ててほしいと思います。

そのためには、やはり「逃げないこと」。残された時間はわずかかもしれない。でも、あきらめないことが大切。もしかしたら、まだまだやらなければいけない教科や勉強があるかもしれない。ただ、ひと月とは言わず、その試験日まで頑張れるか頑張れないかが、今後の人生を左右することは確かなのかもしれない。最後まであきらめず、体調管理には気をつけて受験を乗り切りましょう。

冬来たりなば、春遠からじ。春はもうそこまで来ています。頑張れ 中町中生！

## 《 特集 「防災教育と南海トラフ地震への備え」 》

私たちが暮らす日本は、地震や台風、大雨などの自然災害が多発する、世界でも有数の災害大国です。近年、特に懸念されているのが「南海トラフ地震」であり、その発生が現実味を帯びてきています。

南海トラフ地震は、太平洋プレートとフィリピン海プレートが相互に作用し合うことで発生すると考えられています。この地震が発生した場合、広範囲にわたって甚大な被害をもたらすことが予想されており、私たちの生活を根底から覆す可能性があります。



本校では、児童・生徒一人ひとりの命を守るため、そして地域社会の一員として、防災教育に力を入れています。定期的な避難訓練や防災学習を通じて、災害発生時に適切な行動が取れるよう、知識と行動力を培っています。

1月20日(月)の生徒朝会では、私から「震災に備えて」と題して講話をいたしました。講話では、(1)ハザードマップの確認、(2)家の中の安全対策、(3)防災についての家族会議(家族の役割分担、避難場所、連絡方法、食料等の備蓄、非常持ち出し袋の準備)の3点について確認しました。

災害はいつ起こるか予測できません。だからこそ、日頃からの備えが非常に重要です。学校での防災教育はもちろんのこと、ご家庭や地域においても、防災意識を高め、具体的な対策を講じておくことが

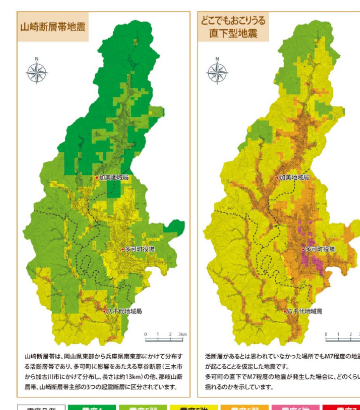
大切です。

南海トラフ地震の発生は避けられないかもしれませんが、私たち自身の備えによって、被害を軽減することは可能です。一人ひとりが防災意識を高め、いざという時に適切な行動が取れるよう、今後も防災教育を継続してまいります。各ご家庭でも、ぜひ防災対策をご確認ください。

※講話「震災に備えて」で、生徒たちに伝えた内容

## (1)ハザードマップを確認しよう

自治体では、「ハザードマップ」を作成しています。これらのマップでは、災害により地域で予測される被害の範囲やその大きさ、災害時の避難場所、避難経路などをわかりやすく地図上に示しています。多可町のHPでダウンロードすることができます。ハザードマップを活用し、自分たちが住んでいる地域の特性を把握して、万に備えましょう。



## (2)「家の中の安全対策」ができているか確認しよう

ハザードマップでその地域で起こりうる被害を確認し、万一の地震被害に備えましょう。

- ①家具を固定する。ガラスに飛散防止フィルムを貼る。
- ②就寝場所の安全を考慮して、配置を考える。家具が倒れて、出口をふさがないようにする。
- ③避難経路になる廊下や階段に通行を妨げるものを置かない。  
くつやスリッパを用意しておく



## (3)防災についての「家族会議」を開こう

### ①家族の役割分担を相談しておく

避難口の確保、初期消火、乳幼児・高齢者の対応、非常持ち出し袋の持ち出し、避難場所等について、あらかじめ確認しておく、いざというときにあわてずに対応できます。

### ②避難場所を決めておく

いざという時、どこに避難するか事前に打ち合わせをしておく、別々になって連絡がとれなくなっても困らずに済みます。ハザードマップに、多可町の指定避難所等が掲載されているので、確認しておきましょう。

### ③別々になった場合の連絡方法を決めておく

災害が発生した場合、自分の状況を自分から家族に連絡することが重要です。スマホや固定電話がつながりくい時も、「災害用伝言ダイヤル（171）」は、優先的に使用できるように設定されています。どの番号を使用して伝言を残すのか、家庭で決めておきましょう。

〈伝言を入れる〉

「171」にダイヤル→音声案内→「1」をダイヤル→自分の電話番号をダイヤル→録音  
〈伝言を聞く〉

「171」にダイヤル→音声案内→「2」をダイヤル→相手の電話番号をダイヤル→聴く

### ④飲料水や食料の備蓄をしておく

備蓄品は、防災用として特別に用意するのではなく、毎日の生活の中に組み込んで、必要なものを備えておきましょう。

〈災害時に備えた備蓄品の例〉

- ・飲料水（1人1日3リットルを目安に、3日分を用意）
- ・食品（ご飯（アルファ米など1人5食分を用意）、ビスケット、板チョコ、乾パンなど、1人最低3日分の食料を備蓄しておきましょう）



- ・下着、衣類
- ・トイレトペーパー、ティッシュペーパーなど
- ・ライター、ろうそく、カセットこんろ

※非常に広い地域に被害が及ぶ可能性のある南海トラフ地震では、「1週間分以上」の備蓄が望ましいと指摘されています。

※飲料水とは別に、物を洗ったり、トイレで使用したりするための水も必要です。日ごろから水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつもはっておくなどの備えをしておきましょう。

#### ⑤非常用持ち出し袋の準備をしておく

非常持ち出し品も、防災用として特別に用意するのではなく、毎日の生活の中に組み込んで、必要なものを備えておきましょう。

〈非常持ち出し品の例〉

飲料水、食料品（カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど）、貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）、救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）、ヘルメット、防災ずきん、マスク、軍手、懐中電灯、衣類、下着、毛布、タオル、携帯ラジオ、予備電池、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、洗面用具、裁縫セット、食品包装用ラップフィルム、ポリ袋など



## 1月の教育活動

### <3学期スタート！、始業式&学力テスト>

1月7日（火）、3学期がスタートしました。始業式では、校長から「一年の計は元旦にあり」の言葉の紹介があり、「他人との比較でなく、自分を軸に目標を立て、ゴールを見据えて粘り強く進もう！」とのメッセージが送られました。その後、全校生が公立高等学校入試時程に合わせて学力テストに取り組みました。3年生はもちろんのこと、1・2年生も近い将来、多くの生徒がこの試験を受験することになります。1日をかけて、入試本番さながらの緊張感を持ってテストに臨みました。冬休みの学習の成果を確かめる絶好の機会です。しっかりと自分の課題を確認し、復習に取り組みましょう。



### <新生徒会役員、決定>

令和7年度生徒会執行部の役員が決定し、新たなスタートを切りました。中町中学校を締めくくこの1年、中町中学校をさらに良い学校にしていいため、先輩から伝統を引き継ぎさらに発展させるようリーダーシップを発揮してくれることを期待しています。



令和7年度 生徒会 本部		
会長		
副会長		
書記		
部会		
生活		
美化		
保健		
文化		
放送		



## <生徒会、評議員会>

1月10日（金）、放課後に、生徒会の評議委員会が開催されました。今回の評議委員会は、6月に生徒総会で提案された旧生徒会の活動方針について、新生徒会で再検討することが目的です。生徒会本部、文化部、放送部、保健部、美化部等、各部から提案が出され、熱心に協議を進めました。協議した活動計画については、14日（月）に各クラスで審議を行い、書面表決書を生徒会に提出しました。生徒会活動の良き伝統を引き継ぎ、さらに発展させる第一歩を踏み出しました。



## <2年生、赤ちゃん先生（最終回）>

1月15日（水）、3・4校時に、2年生が3回目の赤ちゃん先生の授業を受けました。今回が最終となるこの赤ちゃん先生。これまで7グループに分かれて、継続して同じ赤ちゃんとそのお母さんと交流をしてきました。今回はお母さんから、妊娠時のエコー写真等をもとに、妊娠時期や出産時期の心に残るエピソードや嬉しかった気持ち等をお話ししてもらいました、また、全体講話の中では、生まれたくても生まれてこられなかった命もあることとお話いただきました。さらに赤ちゃん先生のチェンジもあり、他のお母さんと赤ちゃんとの交流する機会もありました。かわいい赤ちゃんの様子、そして、それを見ている生徒たちの優しい笑顔もとても素敵でした。赤ちゃんとそのお母さんとのふれあいを通じて、近い将来の自分をイメージし、子どもを産み育てることについて考えました。また、命の尊さや親になるための準備の大切さについて学ぶ良き機会となりました。ご協力いただいた赤ちゃん先生とそのお母さん方、ありがとうございました。



## <1. 17を忘れない追悼集会>

阪神・淡路大震災からはや30年。1月17日（金）3・4校時に「1. 17を忘れない追悼集会」を開催しました。生徒たちは、シェイクアウト訓練を行った後、体育館に移動。30秒間の黙祷を捧げた後、この震災を伝える活動をされている「語り部神戸1995」の岸本くるみさんからお話しをいただきました。①1995年1月17日の地震にあったときの体験、②私が防災を学んで気づいたこ



と、③「あなたの大切なもの」を一緒に考えよう、の3部構成でした。①では、震災当時の様子を、写真や岸本さんが描かれたイラストを交えてお話しをいただきました。心の優しさが伝わってくる温かい絵と文字、そして穏やかな語り口で、あっという間に話に引き込まれていきました。また、②では「いのちとはその人に与えられている時間であること」「人は一人では生きられないということ」

「“防災”とは、自分の大切なものを守るために行動すること」など舞子高校環境防災科での学びや岸本さんが震災体験を通じて感じたこと、考えたこと等、素直な想いを語られました。③では「今、自分の大切なものとは何か」について考え、書き出しました。そして「いつもあってほしいと思うもの、いつまでもあってほしいと思うもの。その大切なもののために“今”できることを考えてみよう」とお話しされました。生徒会長 M さんのお礼の挨拶もとても素敵でした。

## <2年1組、数学科研究授業>

1月21日(火)、5校時に数学科の研究授業を行いました。単元は「図形の性質と証明」。二等辺三角形の性質を、既習事項を根拠にして説明や証明する授業でした。まず、一人学びの時間を持って自力解決を行い、その後、グループワークで考えを深めるという流れで授業が進みました。根拠を明確にして説明することは、思った以上に難しいものです。生徒たちは苦戦しながらも、グループで

活発に意見交換を行いました。その後、教員による事後研修会では、森ノ宮医療大学教授であり、本町の学力向上アドバイザーである阿部先生にお世話になり、授業を振り返りました。授業を通して、自分の想いを伝え合う力を、具体的にどう身につけさせるのかを考える、実りの多い研修会となりました。

## <1年生、神戸校外学習に向けて>

1月23日(木)4校時に、1年生が3月の神戸での校外学習に向けてオリエンテーションを行いました。今回の校外学習では、兵庫県立人と防災未来センターで震災について学んだ後、復興した神戸の街で班別研修を行います。班別研修の事前計画や体験をとおして見聞を広げるとともに、自主・自律的な生活に必要な社会性と集団行動の規律を身につけることを目的としています。都市部での班別研修は慣れていない生徒も多く、不安と期待の入り交じる中で、真剣な表情で説明を聞いていました。その後、映像をもとに、震災当時の様子について学習を進めました。また、2年生も2月に大阪での校外学習を計画しています。それぞれ校外学習のねらいを達成し、実りの多いものとなるようしっかりと準備を進めていきましょう。

## <1年生、こころの健康教育「ネガティブ感情と上手に付き合おう！」>

1月29日(水)1校時、1年生がこころの健康教育の授業を受けました。講師は1組がT先生、2組がK先生です。学習テーマは「自分の考え方のクセを知り、ネガティブ感情と上手に付き合おう！」です。人が一つの出来事に会ったとき、それをプラスに捉えるかマイナスに捉えるかは人によって様々です。まずは、ワークシートで、自分の考えた方のクセについてチェックしました。考え方のクセには「先読み」「べき思考」「思い込み」「深読み」「自己批判」「白黒思考」などがあり、自分はどの傾向が強いのかを確認しました。

次に「向こうから友だちがやってきた。しかし、その友だちは、あなたに気づかずに通り過ぎていった。」といった時、どう受け止めるかを考えました。自分自身の考え方のクセを知ること、ネガテ



ィブ感情を小さくすることができます。普段の生活の中で、少し思い出して実践していけると良いですね。

## < 3年生、高校入試、面接練習始まる！ >

3年生は2月上旬から中旬にかけて、私立高校入試や、公立高校の特色選抜入試、推薦入試、多部制Ⅰ期入試を控えており、いよいよ本格的な入試シーズンに突入しています。1月下旬から、放課後3年生は、面接練習や願書書きに取り組んでいる真っ最中ですが。面接練習は、ちょうどはじまったばかり。何より自分が伝えたいことを、しっかりとまとめておくことが大切ですね。しっかりと準備をして自信を持って試験に臨んでほしいと思います。



## 「丘山通信12月号 返信欄」から

### 【1年生】

- ・ 明けまして、おめでとうございます。体調を崩すことなく、冬休みを終えることが出来ました。お正月モードからの切り替えに戸惑いが見られましたが、期末考査の反省点を忘れず、日々の勉強方法に工夫をしてほしいと思います。毎日こつこつ！！これが、なかなかです。
- ・ 今年度、自分の決めた目標を実行できるよう、日々努力して下さい。
- ・ 2学期を無事に終了する事ができ、とても嬉しく思います。 中学校生活にもずいぶんと慣れ、毎日元気に登校する姿が見れる事を本当にありがたいと感じます。冬休みは、ゆっくりと過ごし、また3学期、頑張りたいと思います。
- ・ 気が付けば、1年生も3学期だけとなりました。勉強・部活・友達と心配な事がたくさんありましたが、毎日元気に学校へ行っているのが、安心しています。これも先生方のお陰です。ありがとうございます。
- ・ いつもお世話になります。あっという間に2学期も過ぎていきました。こんな感じで中学3年間も過ぎて行くのかなと思うと、1日1日を大事に過ごしてもらいたいです。イベント盛り沢山で大変だったと思いますが、楽しんで挑んでいたと思います。期末考査の結果が、成績表に反映していないな...と思う所もあった様ですが、授業の態度なども見直さないとダメだと言う事が分かったみたいなので、良い経験でした。これを生かして3学期も頑張りたいです。
- ・ はや、入学して、2学期も終わりましたが、中学校生活楽しくすごしているようです。マラソン大会も見に行きましたが、みんながんばっていました。
- ・ 長い2学期、乗り越えました。行事がたくさんあったので体力気力ともにもつかなと思ってました。成績は伸びてない所がありましたが、部活に関しては、のめり込む所もあり成長を感じました。友だちとも仲よくしているようで、よく学校の事も話をしてくれます。むずかしい年頃（お互いに、母も）なので、おもしろおかしく深刻になりすぎず、ですね。
- ・ フレンドシップコンサート良かったです。吹奏楽もっと聞きたいです。3学期は勉強にも力を入れてほしいです。
- ・ マラソン大会の距離を知ったときは、絶対無理だと言っていました、がんばれて良かったです。



### 【2年生】

- ・2学期期末テスト3日間とも体調不良で休み、後日受けましたが参考得点となり残念でした。今回張り切っていたので…。3学期、体調管理に気をつけてサポートしていきたいと思います。
- ・2年生もあと3ヶ月になりました。進路のことも頭に入れながら苦手な科目を中心に勉強して行ってほしいです。あとはとにかく毎日楽しく過ごしてほしいです。
- ・2年生もあとわずか… 勉強も大事ですが、友達と仲良く楽しい思い出を作ってほしいです。
- ・新年を迎えるにあたり、本人は「いよいよ来年は受験の年だ」と意識し始めているようです。「自分にベクトルを向ける」良いお話をありがとうございます。自分は何をするべきかを考え、親も子も一歩ずつ進んで行ければと思います。

### 【3年生】

- ・中学校生活も3学期を残すだけとなりました。何ごとも本気で取り組み、何よりも毎日をめいっぱい楽しく過ごしてほしいと思います。
- ・いよいよ中学校生活、最後となる3学期になりました。たくさん考え、悩み、決定した進路…あとは実現に向けて精一杯努力し“合格！！”を手にして欲しいと思います！！そして残りを共に過ごす仲間との時間を心に刻み大切に過ごして下さい。
- ・いよいよ3学期、中学校生活もあと少しになりました。今まで勉強してきたことを思い出して、自分を信じて、高校入試を突破してほしいです。応援しています。
- ・3学期もよろしくお願いします。寒い日に朝からストーブがついていなくて冷えることもあったようなので、なるべく暖かく過ごせるようにしてほしいです。
- ・中学生生活もあと少しになりました。今年の学校行事は全て楽しそうでした。きっと良いクラス、友人、先生なのだろうと思います。行事ごとに色々練習の様子やクラスの事を話してくれました。担任の先生も生徒と同じ目線で寄り添って下さって、うまくクラスを盛り上げ、良い方向に進ませて下さり、感謝しています。ありがとうございました！
- ・いつもありがとうございます。12月記載の「自分にベクトルを向ける…」とても感慨深いおはなしでした。長く生きていくと様々な悩みに直面しますが、自分の成長につながるように前向きにしっかり考えて、自分にベクトルを向けることの大切さを感じられるように、たくさん経験をしてほしいです。
- ・受験を目の前にした冬休みでしたが、自分なりに机に向かい、勉強にしっかりと向き合っていたように思います。3学期になり、中学生生活も残りわずかになりましたが、悔いのないように1日1日を大切に過ごしてほしいです。
- ・中学校生活も後残りわずかになりました。本当に入学したのがつい先日の事のように思われます。3学期は受験もあり楽しめる事があまりありませんが、皆と過ごせるのも数ヶ月。良い思い出作りもしてほしいです。先生方には言いつくせない程、本当にお世話になりました。有難うございます。残りわずかな日々、宜しくお願い致します。