



教育目標 知を磨き 徳を高め 体をつくる

中野東中学校だより

令和4年 9月22日(木) 発行 第5号

well-being という考え方

校長 久保田 啓介

最近、耳にする機会が多くなってきた言葉の一つ well-being (ウェルビーイング) とは、心身と社会的な健康を意味する概念で、特に決まった訳がなく、「満足した生活を送ることができている状態、幸福な状態、充実した状態」などの多面的な幸福感を表す言葉です。瞬間的な幸福を表す "Happiness" とは異なり、「持続的な幸福感」を意味します。

持続的と言えば SDGs を連想される方もいらっしゃると思います。実はその SDGs にも well-being の考えが存在します。

<SDGs ターゲット3>

「すべての人に健康と福祉を」

あらゆる年齢の全ての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する。



さらに、経済協力開発機構(OECD)は新たな教育のフレームワーク「教育 2030」の中で、全人類の繁栄や持続可能性、well-being の価値を重視した教育の必要性を訴えています。さらに、個人と集団双方の well-being のためにも、物質的な資源へのアクセスだけでなく、教育や安全、環境や社会参画等への公平なアクセスの必要性を指摘しています。

つまり、今後は『…単に自分が良い仕事や高い収入を得ると言うことだけではなく、友人や家族、コミュニティや地球全体の well-being のことを考えなければならない』考えや行動が重要となるのです。

アメリカの心理学者セリグマンは「持続的な幸せ」の重要性を唱え、2011年に計測可能なウェルビーイング理論を構築しました。そのイニシャルをとって「PERMA の法則」とも呼ばれるこの理論は、個人の幸福を構築する次の5つがポイントとなります。

- 1 **P**ositive Emotion (ポジティブな感情)
嬉しい、おもしろい、楽しい、感動など
- 2 **E**ngagement (没頭)
時間を忘れて何かに積極的に関わる
- 3 **R**elationship (ポジティブな人間関係)
援助を受ける、与える
- 4 **M**eaning and Purpose (意味と目的)
自分は何のために生きているのか、自己肯定感
- 5 **A**chievement/Accomplish (達成)
誰かのために役立つことをやり遂げる

この5つの指標が高ければ高いほど、幸福であるという考えです。

間もなく、前期の終わりを迎えます。今の学級、部活動、家族等それぞれの集団における幸福度は高いですか?コロナが長引き、とかく自分本位になりがちな今こそ、最終的には地球規模で考え、実践して、皆が幸せになるために大切にしてほしいと願います。

それが well-being という考え方です。

愛を感じる中野東中学校 今月の I "Inculcate" 形…教え込む、説き聞かせる

語源：ラテン語「(かかとで) 踏みつける」→「何度も繰り返し心や脳に植え付ける」

9月14日～16日で行われた前期期末考査に向け、教科書にマーカーを入れたり、ワークの問題を解いたり、英単語を何度も書いて覚えたり、様々な方法で知識を獲得しようとする姿がありました。しかし、今の定期考査の問題は以前と異なり、単なる記憶力だけを図るものではない「生きた知識」を問う問題が多くなりました。学校で学習したことが、本当にそうなのか、実生活に生かすためにどのように活用するかを自ら深く考え、何度も試行錯誤することで真の力を獲得するのです。受け身から能動的な学習へ!

道徳授業地区公開講座 9月9日(金)

「道徳授業の実践により、道徳教育の充実と指導力の向上を図る」
「学校、家庭、地域が協力して道徳教育を行うための契機とする」
という2点を目的として、道徳授業地区公開講座を今月の9日に行いました。コロナ禍ということもあり、保護者のみの公開となりましたが、本校で行われている道徳の授業に参観していただき、ありがとうございました。



1学年は「席替え」、2学年は「マルクス＝レーム 義足のアスリート」、3学年は「足袋の季節」という資料での授業を実践しました。各学年、各クラスで先生たちの工夫を凝らした授業が行われ、生徒たちはよく考え、活発に授業に参加していました。道徳の授業で考えたことを日常生活でも還元し、よりよい生活を過ごしていけることを期待しています。

前期期末考査 9月14日(水)～16日(金)

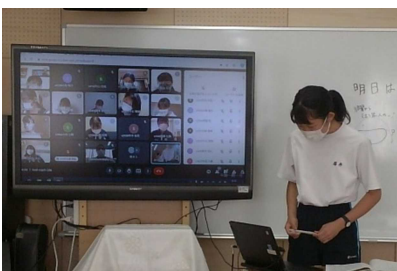
9月14日から16日にかけて前期期末考査が行われました。試験範囲表は夏季休業日前に配布され、夏季休業中の学習の成果を発揮すべく、どの生徒も真剣に定期考査に取り組んでいました。本校では、定期考査の1校時は、学習の時間としています。試験直前の最終確認として、一生懸命に勉強に励んでいました。試験中は、最後まで諦めることなく、“全集中”で取り組んでいました。

試験は、試験前の取組も重要ですが、それ以上に試験後の振り返りが大切です。自分の学習について、良かった点や改善点を具体的に振り返り、今後の学習に生かして欲しいと思います。



吹奏楽部

「最高の音楽を届けてきました！」夏のコンクールで演奏を終えた生徒たちは笑顔で感想を伝えてくれました。8月7日(日)に府中の森芸術劇場で実施された東京都中学校吹奏楽コンクールの結果は『銀賞』。あと一歩で金賞の得点に悔しさをにじませながらも、演奏できたことへの感謝や表現する喜びを口にするのできる素晴らしいメンバーです。全員で楽しく演奏できることが当たり前ではない状況の中、感染防止対策と心をついに演奏することの両立を悩み工夫してきた3年生が部をまとめてくれました。9月からは1・2年生を中心としたメンバーで新しく出発します。



(オンライン活動で曲の研究)



知・徳・体のコーナー

知を磨き 徳を高め 体をつくる

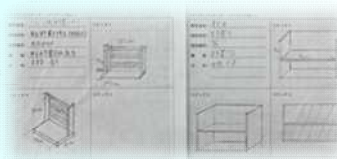
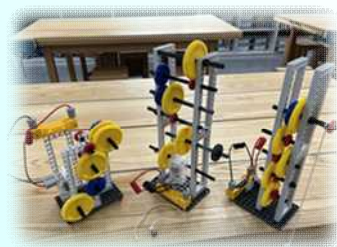
教育目標

本校の教育目標「知を磨き 徳を高め 体をつくる」に合わせ、知（学習指導）徳（道徳的な活動、学校生活でのちょっといい話）体（体育的活動、部活動）に分けて毎月の学校生活の様子をお知らせしていきます。

今月の 知 「 技術科 」

技術科では、家庭科と合同でより個別的な指導を可能とする少人数指導（1年生と3年生で1学級を2分割）を行っています。授業ではものづくりの楽しさをメインに、生徒一人ひとりが思考する時間を多く取り入れて進めています。

1年生では「私生活の役に立つ製作品」を設計から製作まで行います。2年生は「コンセプトカーをつくろう」という題材で動力伝達の仕組みを研究・開発をしています。3年生はプログラミングの授業で、生徒自身が組み立てたプログラムで実際の機器を動かしながら学びを深めました。



今月の 徳 「 1年生 最近の給食配膳 」

毎日の給食は、週替わりで当番になった生徒たちが「配りきり」を目標に配膳をしています。配りきりに成功した当番の生徒は「やったー!」「自分、プロじゃん!」と、とても嬉しそうにしています。配りきりが上手な生徒も増えてきて、9月に入ってから1年生全クラスが配りきれる日が出てきました。成長期を支える大事な「食」を、みんなで大切にいただくことができていて嬉しくなりました。



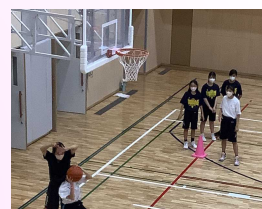
今月の 体 「 バスケットボール部 」

7月に3年生最後の夏季大会が終わり、8月から1, 2年生男女総勢40名で新チームがスタートしました!

夏休み中は、練習や練習試合などで仲間と一緒に汗を流し、技術力の向上だけでなく、チームとしての仲も深まっていきました。夏休みの終わりには、「山本杯」という大会にも参加し、夏休みの練習の成果を出し切ってきました。9月からもチーム一丸となって頑張っていきます!

また、新人大会が10月30日(日)から始まります。

応援よろしくお願いします!



部活動の記録(4月～8月)

バドミントン部

★中野区選手権大会【団体戦】

・男子:第3位 ⇒ ブロック大会出場

・女子:第3位

★中野区選手権大会【個人戦】

・男子シングルス:3年 高山承太郎(ベスト8)

・男子ダブルス:

3年 斉藤賢太、2年 細田修吾ペア(ベスト8)

・女子シングルス:2年 山下結衣(ベスト8)

・女子ダブルス:

3年 近藤好華、3年 須藤芹菜ペア(ベスト8)

★中野区夏季研修大会【団体戦】

・男子:第4位

サッカー部

★中野区中学校総合体育大会 第3位

→ ブロック大会出場

剣道部

★東京都剣道連盟会長杯【男子団体戦】 3回戦敗退

★第3ブロック夏季剣道大会【団体戦】ベスト8

★東京都中学校総合体育大会剣道大会

【男子・女子団体戦】出場 【男子個人戦】出場

★中野区夏季剣道大会【男子団体戦】準優勝

【男子個人戦1・2年生の部】準優勝

【男子個人戦3年生の部】準優勝

バスケットボール部

★中野区夏季選手権大会

【女子】2回戦進出 【男子】ベスト6

★第48回山本杯

男子優秀選手:1年 高橋麟太郎

女子優秀選手:2年 小倉新萌

吹奏楽部

★東京都中学校吹奏楽コンクール B組 銀賞

野球部

★夏季総合体育大会 中野区 第3位

※敬称略

10月行事予定

日	曜日	予定	日	曜日	予定
1	土	都民の日	17	月	後期委員会認証式
2	日		18	火	
3	月		19	水	第54回中野区中学校総合体育大会 連合陸上競技大会
4	火	職場体験(2)	20	木	
5	水	職場体験(2)	21	金	進路説明会(3)
6	木	職場体験(2)	22	土	
7	金	前期終業式	23	日	
8	土	秋季休業日	24	月	三者面談(3)
9	日	秋季休業日	25	火	三者面談(3)
10	月	秋季休業日 スポーツの日	26	水	三者面談(3)
11	火	後期始業式	27	木	三者面談(3)
12	水		28	金	三者面談(3)
13	木		29	土	
14	金		30	日	
15	土		31	月	
16	日	東部地区運動会			