



岩 中 通 信

第4号

令和8年7月24日

※岩船中HPをご覧ください



1学期の「振り返り」を夏休みに生かしてください

[1学期終業式の講話より]

校長 高橋 秀明

7月に「1学期の振り返り」を行ったと思います。どのような振り返りになったでしょうか。「1学期にがんばった・成長できたこと」は、努力した自分を認め、自信につなげてください。一方で、「反省すべきこと・直さなければならないこと」については、主体性と自己調整力を発揮して、具体的な行動で改善し、次の成長につなげてほしいと思います。

今日のテーマは『1学期の振り返りを夏休みに生かしてください』です。

発明王と呼ばれたトーマス・エジソンは、生涯で約1,300もの発明や技術革新を成し遂げました。彼の名言の一つを紹介します。

私は失敗したことがない。ただ、1万通りの「うまくいかない方法」を見つただけだ。

私はこの言葉を「うまくいかない方法から学び、振り返り、改善することが成功や成長につながる」「うまくいかなかった時に振り返りをせず、そのままにしておくことこそが本当の失敗である」と受け止めています。

ここで、1月に皆さんへ伝えた私自身の今年の目標について、これまでの取組を紹介します。私は2つの目標について、毎日カレンダーに記録し、1週間ごとに振り返りを行いながら、生活の中で自己調整を続けてきました。

今年の目標① 体力づくりを継続（週3日は30分ジョギング、自重筋トレ週2日）

仕事で遅くなるなど達成できない週であっても、ジョギングと筋トレを週2回は行うことができました。この「意識」と「生活習慣」を今後も継続していきたいと考えています。

今年の目標② お菓子を食べる日を減らす（ひと月の半分はお菓子を食べない日にする）

土日は家にいる時間が長く、我慢が難しいため、「平日に我慢する」と決めて取り組みました。しかし、その反動で土日に食べすぎてしまったり、月曜日に我慢できなかったりする日が多くありました。改善策として、「夕方にお腹がすいたら水を飲むか、にぼしを3～4本食べる。夜ご飯の後はすぐに歯磨きをする」「家にお菓子をおかない」などを試行錯誤しながら続けました。

その結果、1月～4月は「我慢できた日59日／できなかった日61日」と、ほぼ半々でした。しかし、5月のGWで意識が崩れ、5月だけで「我慢できなかった日26日」と大きく崩れてしまいました。この結果を受け、新たな改善策に取組中です。また、皆さんに目標を宣言していたこともあり、なんとか6月はイーブンに戻すことができました。

皆さんも、1学期に振り返った内容を意識しながら、改善に向けた具体的な努力を続けてください。そして、「なりたい自分」に少しでも近づいてほしいと思います。

自分を変える努力ができるのは、自分だけです。夏休みの時間を、ぜひ自分の成長のために使ってください。

1年生 村上市内自主研修（6月25日）

「ふるさと村上の良さを知ろう」を目標にして、1年生は班ごとにテーマを決め、自分たちで考えた計画で1日活動してきました。多くの地域の皆様のご協力により、村上市についての学びを深めることができた1日となりました。ありがとうございました。

学校へ戻ってからの振り返り活動では、班の仲間の良さを伝え合い、自分の良さを記入しました。自分の良さにも気づくことができました。

歴史・文化班（おしゃぎり会館、藤基神社、富士美園、町屋通り散策）
観光班（イヨボヤ会館、鮭公園、孫惣刃物鍛冶、光徳寺）
食①班（大洋酒造、富士美園、十輪寺茶や、町屋通り散策）
食②班（てんや、十輪寺茶や、富士美園）

今回の校外学習では、「自分から行動すること」を意識して取り組むことができました。これまでは、訪問先で質問したいことがあっても自信が持てず、言いたいことをあきらめてしまうことが多くありました。しかし今回は、気になった点を自分から尋ねたり、班活動でも自分の考えを伝えたりすることができ、成長を実感しました。

また、訪問先でのあいさつや礼儀についても、これまでより大きく改善できました。「こんにちは」「ありがとうございました」と自分から声をかけることができ、説明を聞く態度も良かったと思います。

さらに、今回の学びとして「礼儀の大切さ」を強く感じました。あいさつや笑顔での「ありがとうございます」に対して、相手も笑顔で応えてくださり、あいづちを打ちながら話を聞くと、相手もこちらを見て話してくれることが分かりました。私のなりたい自分「優しくて、みんなから信頼される人」に、今回の経験を通して少し近づくことができたと感じています。（渡邊希良里さんの感想の要約）



食①班



食②班

※希良里さんの感想の原文と他の班の生徒の感想は、岩船中HP

「学校活動ブログ」の「6月25日（木）1年生村上市内自主研修」をご覧ください。



歴史・文化班



観光班



振り返り活動の様子

2年生 キャリア・スタート・ウィーク（6月23日～25日）

2年生がキャリア・スタート・ウィーク（職場体験学習）の活動に取り組みました。3日間、学校では体験できない様々な経験を積ませていただきました。生徒を受け入れてくださった事業所の皆様、誠にありがとうございました。

職場体験を終えての生徒の感想（抜粋）を紹介します。

- ・この職場体験で、自分から話しかけることが苦手だと再確認できました。人見知りなことも感じました。これからは困っている人を見て見ぬふりせず、自然と手を差しのべられる人を目指したいです。（熊倉理歩さん）
- ・最初は（保育園児に）接するのが難しいと感じることが多かったけど、慣れていく内に接するのが得意になりました。せっかくみんなと仲良くなれたのに、今日で終わるのが悲しいです。いつもと違う体験ができて良かったです。めっちゃ楽しめました。（長濱聖奈さん）
- ・職場では慣れないこともたくさんあって、少し緊張していたけど、職員さんが笑って話してくれて、とてもうれしかったです。人との関わり方①同じ目線で②大きな声で③優しく。私はこの3つのことを学んできました。この三日間、とても楽しかったですが、とても疲れました。（竹内梨紗さん）
- ・職場体験中、大きな声でハキハキと大きな声であいさつをすることを心がけていて、あいさつをしたら自分も相手もいい気分になったので、これからの学校生活でも生かしていきたい。（東海林澄怜さん）



洋服の青山 村上店



NPO 法人 希楽々



ドラッグトップス 村上国道店

イワカツ！③④（7月17日）

前回考えた計画をもとに、「イワカツ！」（岩船のためにできる活動）の具体的な活動をスタートしました。8つの班の活動の様子は、学校ホームページ「学校活動ブログ」の「7月17日（金）イワカツ！③④」をご覧ください。

写真は、異世代交流班の座談会の様子です。AkiFactoryの寶保明浩さんとプロライターの高野麻衣さんの仕事や人生について、生徒が興味をもったことを質問しながら、いろいろなお話をお聞きしました。担当教師も含めての交流となり、充実した異世代交流の時間となりました。



1学期終業式（7月24日）

1学期終業式では、各学年の代表生徒が「1学期を振り返って」を発表しました。

1 学年：渡邊 一花さん 2 学年：齋藤 彩夏羽さん 3 学年：渡邊 光稀さん

※生徒の発表内容は、岩船中HPをご覧ください。

「学校活動ブログ」の「7月24日（金）1学期終業式」に記載されています。

新潟県総合体育大会（中体連主催）の結果

競技名		参加生徒(学年)	結果
バレーボール	女子	Challengers 村上 鈴木 亜優(3) 相馬 理子(3) 小田 惹結(1) 齊藤 柚希(1) 鈴木 杏奈(1) 長谷川聖奈(1) 渡邊 一花(1) 渡邊 玲奈(1)	2 回戦惜敗
柔道	男子個人戦 (81kg 級)	川崎 瑠海(3)	1 回戦惜敗
ソフトテニス	男子個人戦	横田 健人(1)	5 位
	男子団体戦	N.N 横田 健人(1)	優勝 北信越大会出場

全日本中学校通信陸上競技大会新潟県大会の結果

競技名		参加生徒(学年)	結果
陸上競技	男子 2 年 100m	岡田 寿波(2)	予選惜敗 6 着 12 秒 28

各種表彰者の紹介

【英語検定 4 級】 2 年 伴田海斗さん

【英語検定 5 級】 1 年 長谷川聖奈さん

【フォーサイト手帳川柳コンクール】 ※全国の応募作品の中から選ばれました。

- ・最優秀賞（1 名） 2 年 長濱聖奈さん「挑戦は 未来の自分の 架け橋だ」
- ・優秀賞（3 名） 2 年 鈴木暁斗さん「フォーサイト 本気で書けば 未来描く」
- ・フォーサイト賞 3 年 江口空汰さん 「どんな日も ペンを走らす フォーサイト」
（最大 20 名） 2 年 熊倉理歩さん 「学校は 個性を引き出す 居場所だよ」
2 年 東海林澄怜さん「この努力 積み重ねると 成長へ」
2 年 須藤結愛さん 「フォーサイト 将来の夢へ 第一歩」

夏休みの主な予定 7/25(土)～8/30(日)

7/27(月)～29(水) 期末保護者会
7/27(月)～28(火) 3 年生 未来塾①②
7/29(水) 3 年生 市内合同高校説明会
8/ 5(水) 学校預り金引落日
8/12(水)～16(日) 学校閉庁日

8/17(月)～18(火) 3 年生 未来塾③④
19(水) 3 年生 単元別確認テスト
28(金) P T A 整備作業(9:00-)
専門委員会(10:30-)
31(月) 2 学期始業式 給食開始

【郡市いじめ防止こどもサミット】

7/28(火) 3 年 熊倉 和冬さん 佐藤 琉雅さん 鈴木 亜優さん

【広島平和記念式典派遣事業】 8/5(水)～7日(金) 3 年 江口 空汰さん

【わたしの主張大会(村上・岩船地区)】 8/20(木) 3 年 相馬 理子さん

【連絡】 夏季休業中の平日 16:40 以降や休日・祝日、閉庁日（8/12～16）の学校への連絡は、村上市教育委員会（72-6882）へお願いします。