



# 学校だより

教育目標 自主自律～創造性 豊かな心 健やかな身体～

人権スローガン

・個人情報を守り、プライバシーについて考えよう

杉並区立井草中学校

校訓 井草魂  
～自主、不屈の精神、共感・共働の心～

令和8年 4月21日

## 【4月7日（火）】 令和8年度 入学式式辞（一部）

校長 今泉 智英

新入生のこれからの中学校生活が充実したものとなるよう、皆さんが生まれる前の平成25年に国民栄誉賞を受賞した2人のプロ野球選手である、長嶋茂雄さんと松井秀喜さんのエピソードを紹介します。

長嶋茂雄さんは昭和33年の新人王を皮切りに昭和50年に引退するまで、6年連続通算10回の最多安打、2回のホームラン王、5回の打点王を獲得したスーパースターです。不動の4番打者、3塁手として、昭和40年からは巨人軍が9年連続優勝を成し遂げたことから、ミスタープロ野球とも呼ばれた方です。今の太谷翔平選手以上の人気で、現役引退後も監督を2期務められました。

その長嶋茂雄さんが2期目の監督に就任した平成5年に入団したのが松井秀喜選手です。松井秀喜さんは、ゴジラのニックネームで親しまれ、高校最後の全国大会である夏の甲子園大会では5打席連続で敬遠され、一度もバットを振らせてもらえなかったほどのホームランバッターでした。

長嶋監督は、高校を卒業して巨人軍に入団した松井選手を大きく育てるために、1000日計画を打ち出します。松井選手ほどの逸材であっても、1000日、つまり3年間かけてプロ野球を代表する看板選手に育てようという計画です。毎試合、監督の前で素振りの練習をすることはもちろんのこと、試合のない日も、自宅や遠征先のホテルに松井選手を呼び出し、長嶋さんが監督を辞めるまで毎日素振りは続けました。入団してからの3年間でホームランの数は10本、20本、22本と増えていき、4年目以降は毎年30本以上、10年目には何と50本も打ちました。巨人軍に在籍した10年間で、ホームラン王3回、打点王3回のタイトルを獲得し、チームのリーグ優勝4回、日本一3回に貢献します。その後はアメリカメジャーリーグのチームに在籍し、平成21年には、ワールドシリーズでMVPを受賞、平成24年に引退するまで、日本・アメリカ通算で長嶋茂雄さんを上回る500本以上のホームランを打ち、まさに平成を代表するホームランバッターとなりました。

昨年、長嶋さんは89歳で亡くなりましたが、松井さんは「あの時の素振りがなければ、プロとしての私はなかった」と、当時を振り返っています。もちろん、松井さんが一流の選手になれたのは、自身の努力があったからこそです。

紹介が長くなってしまいましたが、新入生の皆さん、今日から、あなたの1000日計画の始まりです。3年間をかけて、あなたの才能を開花させていきましょう。学校があってもなくても、自分の夢や目標に向かって毎日努力を重ねていきましょう。松井選手ですら、1年目は失敗続きで平凡な成績でした。皆さんも失敗から学び、失敗してもくじけずに継続し、じつくりと、着実に、1000日かけて次のステージを目指しましょう。令和は、間違いなく皆さんの時代です。

1000日後がいつになるかということ、令和10年1月1日です。1000日後は、皆さんが卒業を迎える年の元日です。その時には、卒業後の次の舞台での活躍も見えてくるでしょう。今日は、はじめの一歩です。力強く、一歩ずつ、歩みを進めていきましょう。1000日経って、新しい年を迎えたら、自分の歩みをその時に振り返ってください。

## 【4月6日（月）】 1学期 始業式 式辞（一部）

春休みが終わり、令和8年度が始まりました。たったの2週間なのに、すっかり上級生・最上級生らしくなりましたね。新しい学年、新しいクラスになり、新しい気持ちで今日を迎えたからだと思います。まず何よりも、新しい学年になって勉強をがんばるとか、新しいクラスで友達をたくさん作るとか、自分が習っていることや運動を極めるとか、今、心の中にある意識や新たな決意を大切にしてください。

年度の始まりになりますので、この新しい気持ちをどうしたらよいかお伝えします。4段階あります。

まず、最初の1段階めは、その新しい気持ちを行動に移しましょう。心が変わると、行動が変わります。勉強をがんばる気持ちを行動に表して自ら勉強する、勇気をもって自分から話しかけて友達を作るなど、自分の決意を行動であらわしましょう。

2段階めは、その行動を習慣化することです。行動が変わると、習慣が変わります。習慣になったかどうかの目安は4週間です。4週間後は5月4日ですので、ゴールデンウィークに入っても続けることができれば、行動が定着して習慣化したといえます。

そして3段階目。習慣が変わると、人格が変わります。まったく勉強のことを考えていなかった人が勉強を意識して4週間続けていると、「あの人少し変わったよね」、「頑張ってるね」と周囲が評価するようになります。習い事や運動を極めようと努力を4週間続けると、上達が目に見えるようになり、良い結果も出せそうな期待がもてるようになります。見た目や表情、目つきで人格の変化がわかります。

最後の4段階目です。人格が変わると、運命が変わります。最初は無理だと思っていた英検2級取得、数学で「5」をとること、内気だった自分に多くの友達ができること、発表会や大会で良い成績を収めること…。心が変わったことを行動に移し、行動が習慣化し、習慣が人格を変え、最後は運命をも変えることができます。運命を変えるなんて信じられない人もいるかもしれませんが、私は、これは本当に起きることだと思っています。

「心が変われば行動が変わる 行動が変われば習慣が変わる 習慣が変われば人格が変わる 人格が変われば運命が変わる」

この言葉は、元プロ野球選手で13年前に国民栄誉賞を受賞した松井秀喜さんの座右の銘として有名なのですが、出どころは、アメリカの哲学者らしいということで、はっきりしていません。松井秀喜さんについては、明日の入学式で詳しく紹介しようと思っています。

私からのアドバイスとしては、強い意志で行動を変えて習慣作りをすることで、達成を目指すことです。自分自身を見つめなおし、新しい決意を行動に変え、まずは習慣になるようゴールデンウィークまで続けましょう。特に3年生は、今月で義務教育の90%が終わるので、時間に流さずに自分で自分の行動をコントロールしていきましょう。それは本校の教育目標にある「自律」です。

運命は変えられます。まずは「心」から、そして習慣化が人格の完成につながります。今は、心も体も大きく育つ時期です。強い心、折れない気持ち、広い心、大きな気持ちで、何事にも望みましょう。

## 【4月13日（月）】 朝礼講話の概要 《個人情報を守り、プライバシーについて考えよう》

初めて全校生徒がそろったところで、昨年度と同様に校長から人権について、特に自分のことを大切にすることと同じくらい他人を大切にすることについて話がありました。また、プライバシーへの注意もありました。住所、電話番号、メールアドレス、ID、動画などは重要な個人情報ですので、各自、各御家庭での情報管理にも十分に気を付け、相手のプライバシーも大切に学校生活を送りましょう。

# 多様性の包摂に向けた合理的配慮の実施について

杉並区教育委員会は、「誰一人取り残されない包摂的な学校づくり」を大切にしています。本校も、特別支援教育推進を学校経営の重点の1つとしています。今年度も、すべての生徒が、その能力や可能性を最大限に伸ばし、自立し社会参加することができるようになるため、そして困り感のある生徒も校内で積極的に活動し、その一員として豊かに生きることができるよう、個別の教育的ニーズのある生徒に対して、個人に必要な「合理的配慮」を行ってまいります。これは、保護者が担任や学年主任等に相談をし、個別に配慮をするのではなく、生徒の日常生活や社会生活(学校生活)に対する困り感に応じて、保護者より「合理的配慮申請書」を提出していただき、校内の特別支援教育委員会で確認をし、学校全体で組織的に対応をしていくものです。

校内では、例えば次のような配慮を行うことができます。

- ・聴覚等に困難がある場合の、教室における座席の配慮や板書の補助、イヤーマフの着用
- ・文字を書くのが困難である場合の、タブレットPCでの板書撮影
- ・感情のコントロールが難しい場合の、クールダウン場所の確保や刺激量の調整
- ・障害の内容に応じた定期考査での時間延長、別室受験、ルビ振り問題用紙の提供

昨年度まで  
配慮していた  
生徒の再申請  
は不要です。

配慮の内容は、東京都教育委員会が入学選抜において実施する措置等を参考にしながら、個別に決定していきます。申請方法や学校生活(学習面・生活面)において何か相談したいことがありましたら、特別支援教育コーディネーター、もしくは副校長までお問合せください(電話3390-3144)。

## いじめ防止について

今年度も、本校はいじめ防止を含む人権教育推進を学校経営の重点の1つにしています。

具体的には、毎月末にアンケート調査を実施し、早期発見・的確ないじめ認知・未然防止・組織対応につなげていくものです。集団性、継続性、故意性、意図性が低いうちに認知し、早期対応を図ることが重要であると考えています。

早期発見と早期対応の中には、好意で行った言動によるいじめ、意図せずに行った言動によるいじめも多く含まれる傾向にあります。

いじめの事実関係について調査や教員への指導を望まないケースについては、認知することができませんのでご注意ください。また、暴力行為については、基本的に警察等への外部機関へ連絡するケースが多くなっていますのでご理解くださいますようお願い申し上げます。

ご家庭におかれましても、法が定めるいじめについて基本認識を共有するとともに、教員による調査や指導へのご協力をお願いします。

今年度もいじめ重大事態ゼロを目指します。



### 1 子どもを見つめる ～教職員向けチェックリストの活用～

いじめ問題を解決するためには、いじめの兆候にいち早く気づき、早期の対応を図ることが大切です。次の視点から子どもを見つめ、「何かおかしい」と思ったら迷わずことなく、様々なチャネルからの情報収集を行うとともに組織的に取り組むことが大切です。

<b>1 表情・声調</b>	
<input type="checkbox"/> 笑顔がなく、泣いている。	<input type="checkbox"/> ぼんやりとしていることが多い。
<input type="checkbox"/> 視線をそらし、さむそうとしない。	<input type="checkbox"/> わざとらしくほしゃいっている。
<input type="checkbox"/> 表情がこわす。ふさぎこんで元気がない。	<input type="checkbox"/> 周りの様子を感じ、おどおどとしている。
<input type="checkbox"/> 感情の起伏が激しい。	<input type="checkbox"/> いつも一人ぼっちである。
<b>2 身体・服装</b>	
<input type="checkbox"/> 身体に異常な不明の傷などがある。	<input type="checkbox"/> けがの原因を聞いても隠蔽に答える。
<input type="checkbox"/> 顔色が悪く、泣きがましい。	<input type="checkbox"/> 服装時に、車の不審を訴える。
<input type="checkbox"/> 怪不登校で遅く行っている。	<input type="checkbox"/> ボタンが汚れていたり、ポケットが濡れている。
<input type="checkbox"/> シャツやズボンが汚れたり破れたりしている。	<input type="checkbox"/> 髪に異変の匂いがしている。
<b>3 持ち物・書籍</b>	
<input type="checkbox"/> 持ち物や書籍が壊される。	<input type="checkbox"/> ノートや教科書に書き込みがある。
<input type="checkbox"/> 財布や鍵が盗けられたり、置き忘れられたり。	<input type="checkbox"/> 作品や楽譜などにいたづらされる。
<input type="checkbox"/> 財布や鍵が盗かれたり、いたづらされたら。	<input type="checkbox"/> 必要以上のお金を持っている。
<b>4 言葉・行動</b>	
<input type="checkbox"/> 言葉が直前、直後、直後が多くなる。	<input type="checkbox"/> 他の子どもから言葉掛けをされない。
<input type="checkbox"/> 一人だけいたり、泣いていたりする。	<input type="checkbox"/> 教室に遅れて入ってくる。
<input type="checkbox"/> 言葉が激しくなる。	<input type="checkbox"/> いつか人の噂が噂を聞いている。
<input type="checkbox"/> すぐに保健室に行きたがる。	<input type="checkbox"/> 職員室や保健室の前でうろたえている。
<input type="checkbox"/> 休み時間に校庭に出たがらない。	<input type="checkbox"/> 悪口や悪言を言う。
<input type="checkbox"/> 不安げに携帯電話をいじったり、メール・SNS等の操作をストップしたりしている。	
<b>5 遊び・友人関係</b>	
<input type="checkbox"/> 遊びの場に入っていない。	<input type="checkbox"/> 笑われたりあざわかれたりする。
<input type="checkbox"/> 友達から不機嫌に誘われる。	<input type="checkbox"/> グループでの作業や作業に入っていない。
<input type="checkbox"/> 特定のグループと常に行動を共にしている。	<input type="checkbox"/> よくけんかをする。
<input type="checkbox"/> 行き来する友達が変わったり、態度が友達のことと異なると感じたりする。	
<input type="checkbox"/> 他人の持ち物を盗られたり、盗い取りをさせられたりする。	
<input type="checkbox"/> 遊びの中で、いつも危ういところやサッカーのボールなど、無防備な状態をさせられている。	
<b>6 教職員との関係</b>	
<input type="checkbox"/> 教職員と関係が良好でない。	<input type="checkbox"/> 教職員との会話を避ける。
<input type="checkbox"/> 教職員と関わろうとせず、避ける。	

## 本校が令和8年度に進める働き方改革についてのお知らせ

昨年度の本校教職員の勤務状況（勤務時間等）は、慢性的な「ワーク・オーバーロード状態」であり、速やかな改善が必要な状況となっています。原因としては、①毎週決まった曜日に実施する運動部活動の朝練習指導のため、担当顧問が勤務時間開始1時間前に出勤し、在校時間が増えてしまうこと、②土日祝日に実施する運動部活動の練習、練習試合、大会引率のため、半日、一日を要しても、翌週も通常の教育活動があるため、速やかに振り替えて休めないこと、③平日4日以内で行う放課後部活動指導終了時刻が18時前後のため、勤務時間終了後1～2時間の超過勤務を強いられること（夕方に付与される休み時間も放課後の部活動指導となること）、④土曜日に学校公開や行事を実施することによる6連勤が計7週あること、⑤授業と並行して行う行事の準備に時間を要し、月の時間外労働時間が80時間を超える教職員が複数名いること、⑥学期末成績処理時間が不足し、通常の授業と並行して行うため、各学期末の時間外労働時間が多くなりがちであること、などが挙げられます。

また、生徒にとっても、平日の教育活動の過積載状態、行事準備による長時間活動、生徒会活動、委員会活動、地域と連携した活動、ボランティア活動などの多重化による部活動や実行委員会との両立の難しさなどにより、慢性的な『カリキュラム・オーバーロード』状態であり、カリキュラム・マネジメントによる整理や精選が必要な状況です。教職員の中には、綿密にデザインされた授業や達成感・成就感を味わうことができる行事等を提供できるよう熱意や使命感をもって勤務し、運動部活動を担当する教職員の中には、生徒や保護者、地域の期待に応えようと強いボランティア精神で臨んでいる者もいますが、長時間労働につながりやすく、注意が必要です。

これまで本校は、会議の効率化や廃止、各種オンライン化、ペーパーレス化、電子化・電子保存化、デジタル調査の励行などに取り組んできましたが、まだまだ十分とはいえない状況です。

そこで本校は今年度「教育の質向上のための働きやすさと働きがいの両立」を目指し、杉並区教育委員会とともに、強く働き方改革を進めていくこととなりましたのでお知らせします。主な取組は、以下の通りです。皆様のご理解とご協力をお願いします。

- (1) 6時間授業の日の部活動朝練習の廃止と部活動の地域展開の一層の推進（改革実行）
- (2) 定時退勤日の創設（毎週水曜日）、6連勤となる週の削減（令和7年度7週→令和8年度1週）
- (3) 土曜の勤務日の削減（令和7年度7回→令和8年度4回 ※体育的行事は金曜日へ）
- (4) 5教科の定期考査返却日の創設（採点業務時間の確保）
- (5) 総合的な学習の時間のまとめどりによる水曜5校時20週カット
- (6) カリキュラム・マネジメントの徹底（2年校外学習の廃止等）
- (7) 教職員対象のワーク・エンゲージメント調査の実施（年3回）
- (8) 一部保護者会のオンライン実施、文書の電子起案・決済・保存、電子調査等の継続
- (9) テレワークの完全実施（夏季休業中に全員が必ず実施）
- (10) 夏休み課題の電子保存とオンライン提出の奨励（休業明けの業務負担軽減）

## 「tetoru」の個別返信機能の導入について

4月下旬より、配信アプリ「tetoru」で欠席・遅刻等の個別連絡を行ってまいります。電話がつかない場合や、時間割連絡などの際に使用しますので、どうぞよろしくをお願いします。

## 第 79 回杉並区立井草中学校入学式

令和8年4月7日

172名の新入生が入学しました



### 新入生代表の言葉

桜咲く春の日、まぶしい光に染まる空の下、優しい風に包まれながら、私たちは希望を胸にいっぱい膨らませ、この入学式を無事にむかえられました。

先生方、先輩方、私たち新入生のために、この温かい式を開いてくださり、ありがとうございます。

中学校は、小学校とは違う新しい毎が始まります。たとえば、毎日制服を着て学校に通います。また、図画工作が美術になるなど、科目名も変わります。さらに、教科ごとに先生も変わります。そして、部活動も始まります。このように、これまでとは違う環境に私たちは少し緊張しています。

新しいことへの挑戦はいつでも少し怖いものです。失敗をするかもしれない、そんな不安もあります。実際私は、小学校時代にいくつかの長を務めましたが、失敗もありました。しかし、仲間の協力を得て、次に生かすことができました。

私たちには、こんなにも多くの先生方、先輩方、見守ってくださる保護者の方々、そして何よりも共に成長していく仲間がいます。お互いに補い合い、支え合えば、一歩ずつ確かな歩みを進めることができるはずです。

今、私たちはここに宣言します。何事にも積極的に挑戦すること、仲間と支え合うこと、そして、素晴らしい学校生活を送ります。

### 新入生に井草中を紹介!

新入生が安心して井草中学校の生活に入れるよう、2、3年生が準備をしてくれました。

#### 4月10日(金)1校時 生徒会オリエンテーション

生徒会本部役員の生徒が、井草中の日常やルールの紹介をしてくれました。学校生活や委員会活動の内容がイメージしやすいように工夫したり、1年生の緊張をほぐすために、一発ギャグを披露したりしてくれ、和やかな雰囲気でした。



#### 4月10日(金)6校時 部活動紹介

短い時間でしたが、部の魅力を伝えようと、どの部も、もち時間を工夫して使い紹介しました。前日にリハーサルを行い、準備にも力を入れていました。説明だけでなく、実演やユニフォームの紹介などを入れ、わかりやすく紹介してくれました。



## ＜5月の行事予定＞

日	曜	行事	日	曜	行事
1	金	体力調査始 公開授業 キャリア面談(i組)始 i組⑤⑥カット(～5月8日)	16	土	
2	土	公開授業 危機対応訓練(引き渡し訓練)	17	日	
3	日	憲法記念日	18	月	生徒会朝礼 食育の日
4	月	みどりの日	19	火	保護者会(i組)
5	火	こどもの日	20	水	内科検診(3年)
6	水	振替休日	21	木	耳鼻科検診(3年・i組) 危機対応訓練 放課後:生徒総会リハーサル
7	木	⑥前日指導(1年)	22	金	⑥生徒総会 英語検定
8	金	フレンドシップスクール(1年) キャリア面談(i組)終	23	土	
9	土		24	日	
10	日		25	月	運動会予行準備 いじめアンケート実施
11	月	全校朝礼 安全指導 教育実習始 腎臓検診(1次)	26	火	運動会予行 腎臓検診(2次)
12	火	⑥情報モラル教室(全) 腎臓検診(予備日) 歯科検診(1年)	27	水	運動会予行予備日 腎臓検診(2次追加回収)
13	水	内科検診(2年)	28	木	運動会準備
14	木	耳鼻科検診(1・2年) 心臓検診(1年+該当者)13:30～	29	金	運動会(弁当持参) 教育実習終
15	金	専門委員会&中央委員会 15:00～ 教育課程ガイダンス	30	土	
			31	日	

学校日より発行日時点での予定です。  
変更になることもあります。



### ＜食物アレルギー対応研修＞

井草中学校では、年度当初に職員全員による食物アレルギー対応研修を実施しています。

給食の誤食等による事故防止やエピペンの使い方、生徒にアレルギー反応が出た場合の速やかな処置や医療との連携について確認しました。

また、ロールプレイによる緊急時対応について、教職員全員で役割分担を行い実施しました。今年は『給食ではアレルギー食材を除去していたが、昼休みに運動したあと、のどの違和感、蕁麻疹等の症状を生徒が訴えた。校長・副校長・養護教諭が出張で校内にはいない』という想定で行いました。

給食では、保護者面談で詳細を聞き取り、除去食材を確認して対応しています。教職員だけでなく、生徒も含めて学校全体で命を守る取り組みを進めていきます。

