

長野中の誇り 3つの心「素直な心」「前向きな心」「強い心」

長野中だより

「よさ、とりえを伸ばし
ともに学び 未来を創る」



第9号 令和8年1月13日発

生徒数 406名

HP ; <https://gyoda-naganochu.edumap.jp/>

「目標を行動に移す」

校長 安藤 秀一

新年明けましておめでとうございます。今年も、生徒たちの心と体の健やかな成長のために、学校・家庭・地域が一体となった教育活動の推進に尽力する所存です。どうぞよろしくお願いいたします。◆新年を迎えて、心新たに目標を立てたものの、いつのまにか志が薄れて実現には結びつかなかった経験は誰にでもあるものです。では、目標を実現する人と、そうでない人の違いは、どこにあるのでしょうか。◆そのヒントになるのが、みなさんもよく知っている大谷翔平選手です。大谷選手は、アメリカのメジャーリーグで活躍する



今も、常に高い目標を掲げ、それを次々と実現しています。実は、大谷選手は高校生のときから「マンダラチャート」という方法を使っていました。これは、真ん中に大きな目標を書き、その周りに「その目標を達成するために必要なこと」を具体的に書き出していくものです。◆たとえば、「一流の選手になる」という目標があったとき、「体力をつける」「技術を高める」「生活習慣を整える」「人間性を磨く」といったように、やるべきことを細かく分け、さらに「毎日何をするのか」まで落とし込んでいきます。つまり、大谷選手は、目標を「願い」で終わらせず、「行動」に変えていたのです。目標を実現するために大切なのは、才能だけではありません。「今日、何をするのか」「明日、どんな一歩を踏み出すのか」を、具体的に考え、続けることです。◆3学期は短い学期です。だからこそ、毎日の一日一日の行動がこれまで以上に大きな意味を持ちます。ぜひ、目標を立てたら「目標を実現するために、今日できることは何か」を考えてみてください。紙に書いてもいいし、誰かに話すのもよいでしょう。小さな一歩でかまいません。3学期が終わったとき、「目標を立てただけの自分」ではなく、「行動し、成長できた自分」に出会えることを願っています。
(3学期始業式校長式辞より抜粋)

《 自分たちの手できれいな学校を 》 ～ 落ち葉はきボランティア ～



緑の木々の多い本校は、毎年晩秋になると落ち葉があふれ、清掃時間だけでは収拾がつかえません。そこで、生徒会が全校に声をかけて落ち葉はきボランティアを募集しました。今年も、各学年で半数近くの生徒が参加してくれて、昼休みの数日間で正門付近や昇降口前がきれいになりました。おかげで研究発表会で来校する方を気持ちよくお迎えすることができました。参加してくれた生徒の皆さん、ありがとうございました。

《 笑顔であいさつ 》 ～ 12/4 小中連携あいさつ運動 ～



凍てつくような寒さの中、各小学校へ出向いた生徒会本部役員の生徒たちが、小学生と笑顔であいさつを交わしていました。伝統となっているこのあいさつ運動が、今の長野中学校のあいさつの原動力にもなっています。大きな声と笑顔であいさつをしている児童生徒たちは、やる気と自信に満ちあふれたとてもよい表情をしていました。

《 薬を正しく服用する 》 ～ 12/17 薬物乱用防止教室 ～

病気の治療に役立つ薬も、正しく服用しないと病気が治らないだけでなく、命を危険にさらすことになります。薬物乱用による弊害を正しく認識することや自分の大切さに気づき、薬物乱用の誘いを断れる強い心を養うことを目的として、医科大学の先生にお話をいただきました。



《 命を助ける 》 ～ 12/12 救急救命講習 ～



中学2年生を対象にして、心肺蘇生法とAEDの使い方を学ぶ救急救命講習を行いました。万が一、人が倒れている場面に遭遇したら、救急隊が到着するまでの間に行う救命措置が命を救うことに繋がります。参加した生徒たちは、実際の場面を想像しながら、真剣な表情で胸骨圧迫やAEDを使った電気ショックの操作法を研修していました。



日	曜日	主な行事等	日	曜日	主な行事等
1	木	元旦 冬季休業日	17	土	
2	金		18	日	
3	土		19	月	
4	日		20	火	専門委員会 (木曜授業)
5	月		21	水	
6	火		22	木	(火曜授業)
7	水		23	金	
8	木		始業式	24	
9	金	給食開始 安全の日 実力テスト(1、2、3年)	25	日	
10	土		26	月	
11	日		27	火	
12	月		成人の日	28	水
13	火		29	木	
14	水	スキー学校(1年) 職場体験(2年)	30	金	
15	木		31	土	
16	金				