

## 「幸せ」って、なんだろう

10月は、「合唱フェスティバル」や「体育祭」があり、みんなががんばれました。そして、次の生徒会役員を決める選挙にもみんなのがんばりがありました。何よりも、「西京極中学校のために」や「みんなのために」、貢献したいと思って多くの生徒が立候補し、そのがんばりをみんなで応援しました。

そして11月になり、3年生は進路を考える懇談会、そして第3回定期考査がありました。お家の方と本人と担任とで将来について話す中で「目標」が見つかり、普段より「がんばろう！」と思えたと思います。

12月になり、1年生は校外学習に行きました。目的地（高校・企業）に無事に到着するために友だちと力を合わせてがんばったことで少し高校や仕事へのイメージをもてました。2年生はチャレンジ体験があり、「働く」ってどんなことか、実際に仕事場に行き体験し、少し将来のイメージがもてたかもしれません。それぞれが自分で「がんばろう！」と思い、10～12月の3ヵ月間をすごしたことで、3年生なら志望校決定とか、2年生が学校の中心になることや1年生は少し先輩になる準備ができるなど、成長する2学期になりました。

そして3学期の1月、2月、3月。先人は語呂合せで、1月を「行く月」、2月を「逃げる月」、3月を「去る月」と表現しました。12月25日から冬休みが始まり、1月7日から学校が始まります。あっという間に2週間以上が経ち、そして、成人の日がある3連休が明けると1月も中旬に。どんどん日が行ってしまいます。そして2月は、28日間の4週間。いつもより日数が少なく、逃げていくように1日1日が過ぎていきます。3月は卒業式があり、3年生は学び舎、西京極中学校から去って行く月となります。3学期の3ヵ月間は、「行く月」「逃げる月」「去る月」とすぐに過ぎてしまいますので次へのステップにつながる準備をしたいですね。

では、どんな準備をすればいいのでしょうか？去年も紹介しましたが、心理学者のアルフレッド・アドラー（1870-1937）さんがこんなことを言いました。『「人間の行動にはすべて目的がある」という目的論と、「すべての人生の決定は、自分が選択している」のです。』これをアドラーさんは「自己決定性」といい、人が幸せになるための1番大切な考え方だと言いました。下の図は、大谷翔平選手が高校1年生の時に書いた目標達成シートです。3年後のプロ野球のドラフト会議で8球団から1位指名を受けるためにはどうすればいいのか？

⑤ 体のケア	① サプリメントをのむ	② FSQ90kg	④ インステップ改善	⑥ 体幹強化	⑧ 軸をぶらさない	⑩ 角度をつける	⑫ ①からボールをたたく	⑭ リストの強化
⑦ 柔軟性	③ 体づくり	② RSQ130kg	④ リリースポイントの安定	⑥ コントロール	⑧ 不安をなくす	⑩ 力まない	⑫ ②キレ	⑭ ⑤下半身主導
⑤ スタミナ	① 可動域	③ 食事夜7杯朝3杯	④ 下肢の強化	⑥ 体を開かない	⑧ メンタルコントロールをする	⑩ ボールを前でリリース	⑫ ⑤回転数アップ	⑭ ④可動域
⑤ ①はっきりとした目標・目的を持つ	① 一喜一憂しない	② ①頭は冷静に心は熱く	④ ③体づくり	⑥ ①コントロール	⑧ ②キレ	⑩ ⑤軸でまわる	⑫ ①下肢の強化	⑭ ②体重増加
⑦ ②ピンチに強い	③ ⑦メンタル	④ ③雰囲気流されない	⑥ ⑦メンタル	⑧ ドラ18球団	⑩ ③スピード160km/h	⑫ ⑥体幹強化	⑭ ③スピード160km/h	⑭ ③肩周りの強化
⑤ ⑤波をつくらない	③ ⑤勝利への執念	④ ③仲間を思いやる心	⑥ ⑤人間性	⑧ ⑤運	⑩ ④変化球	⑫ ⑤可動域	⑭ ⑤ライナーキャッチボール	⑭ ③ピッチングを増やす
⑤ ⑤感性	① ⑤愛される人間	② ⑤計画性	④ ⑤あいさつ	⑥ ⑤ゴミ拾い	⑧ ⑤部屋そうじ	⑩ ⑤カウントボールを増やす	⑫ ①フォーク完成	⑭ ②スライダーのキレ
⑦ ⑦思いやり	③ ⑥人間性	④ ⑤感謝	⑥ ⑤道具を大切に扱う	⑧ ⑤運	⑩ ③審判さんへの態度	⑫ ②遅く落差のあるカーブ	⑭ ④変化球	⑭ ③左打者への決め球
⑤ ⑤礼儀	③ ⑤信頼される人間	④ ⑤継続力	⑥ ⑤プラス思考	⑧ ⑤応援される人になる	⑩ ③本を読む	⑫ ⑤ストレートと同じフォームで投げる	⑭ ⑤ストライクからボールに投げるコントロール	⑭ ③奥行きをイメージ

真ん中に大きな目標が1つあり、それを達成するための中心となる「目的が8個」、それらを達成するための「行動」があります。ここには、大谷選手が自分で行動できる内容が選択されています。アドラーさんの言う、すべての人生の決定は、自分が選択している、「自己決定性」が大谷選手の努力により目標を達成させ、幸せを獲得しています。大谷選手の例からも、人の「幸せ」とは、自分で「選択」ができること。そして、自分で「決定」できることだと思います。3学期は、自分で選択し自分で決める学校生活が送れたらいいですね。

## 12月は、人を通して「校是 自立と貢献」を考える

人の「幸せ」は、「自分で選択し、決定できること」です。「幸せ」の価値観は人それぞれです。例えば「お金」が幸せと思う人もいます。しかし、「お金」があっても自由に使えないなら…。やはり、「自分で選択し、決定できること」が、人の権利を保障する上で一番大事なことだと思います。

6月と12月は人権月間です。1年を通して、人の権利について考えられることが大切なのですが、毎日忙ししていると余裕もなく、人のことより自分のことばかり考えてしまいます。ダメだとはわかっているのですが忙しさに負けてしまいます。ですから、6月と12月はしっかりと「人」について考えたいと思います。

12月は、各学年で「人」についての学習が行われます。ここでも、「自分で選択し、決定できること」が大切になります。それは、自分だけが選択や決定ができた方がいいのではなく、友だちやクラスメイトも「自分で選択し、決定できる」でないといけません。そのためには、「人の選択を認め、人の決定を尊重する」ことが大切になります。それは、校是 自立と貢献 の「自立」です！友だちやクラスメイトの「自立」を尊重する「貢献」の姿勢も必要です。12月は、人を通して「自立と貢献」について考えてください。

## 【12月行事予定】

1	月	
2	火	2年生チャレンジ体験①
3	水	2年生チャレンジ体験② 1・3年生人権学習
4	木	2年生チャレンジ体験③ 3年生人権学習
5	金	2年生チャレンジ体験④ SC
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	評議・専門委員会
11	木	1年生人権学習
12	金	学校保健会右京支部研修会 SC
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	三者懇談会①
17	水	三者懇談会② 1組科学センター学習・AM
18	木	三者懇談会③
19	金	三者懇談会④ SC
20	土	
21	日	
22	月	三者懇談会⑤
23	火	
24	水	月夜の式(終業式)
25	木	冬休み 授業予備日
26	金	授業予備日
27	土	
28	日	
29	月	学校閉鎖日
30	火	学校閉鎖日
31	水	学校閉鎖日
1	木	元旦
2	金	学校閉鎖日
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	
7	水	六花の式(始業式)

※行事予定は変更になる場合があります。

おめでとうございます！

令和7年度 教育実践功績表彰

毎年、京都市立小中高校において優れた教育実践をされた個人、グループが表彰される「教育実践功績表彰」に、本校の2年生英語科 茨木 依子 先生が選ばれました。おめでとうございます！

## 〈 全国学力・学習状況調査の結果より 〉

### (1) 各教科の平均正答率について

今年度は、国語・数学・理科について調査がありました。本校の平均正答率は、すべての教科について全国平均を上回っていましたがその差はごくわずかで、「全国平均とほぼ同じくらい」と言える結果でした。

### (2) 生徒質問紙から見てくる成果と課題

#### ① 自尊感情について

何事にも取り組むときに、「自分もやればできる」という自信は大切なことです。本校生徒の自尊感情は、京都市や全国平均に比べて高い傾向にあります。

#### ■【質問(5)】「自分にはよいところがあると思いますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 89.0%、京都市 87.0%、全国 86.2%

本校では、「校是 自立と貢献」の「自立」のあるべき生徒の姿を「自分で考え、決定して、行動する」とし、それを支える教職員は「生徒の声を聴き、認めて、ほめる」としています。

#### ■【質問(6)】「先生は、あなたのよいところを認めてくれていますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 93.5%、京都市 92.8%、全国 92.2%

#### ■【質問(10)】「困りごとや不安がある時に、先生や学校にいる大人にいつでも相談できますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 80.0%、京都市 75.0%、全国 73.2%

#### ■【質問(38)】「先生は、授業やテストで間違えたところや、理解していないところについて、分かるまで教えてくれていますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 87.1%、京都市 86.5%、全国 83.8%

上の3つの質問についての肯定的な回答は、いずれも京都市や全国平均を上回っていました。

#### ■【質問(7)】「将来の夢や目標を持っていますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 69.0%、京都市 66.1%、全国 67.5%

#### ■【質問(8)】「人が困っているときは、進んで助けていますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 91.0%、京都市 90.0%、全国 90.9%

上の2つの質問についての肯定的な回答は、いずれも京都市と全国平均を上回っています。この6つの質問からは、学校の先生は「自分のよいところ認めてくれて、困りごとや不安がある時に相談ができています。そして、授業やテストで間違えたところや理解していないところを分かるまで教えてくれます。自分にはよいところもあると思っているけど、夢や目標があるかと言われると胸を張ってあります！と言いにくいし、困っている人がいたら進んで助けることに自信がもてない…」という感じでしょうか。確かに、今の社会で「夢や目標」がもちにくい時代になってきていると感じますが、やはり、「夢や目標」が語れる中学生になってほしいですし、人を進んで助けられる「貢献」の確かな心と行動力を育てたいですね。

#### ■【質問(11)】「人の役に立つ人間になりたいと思いますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 95.4%、京都市 97.1%、全国 96.6%

#### ■【質問(12)】「学校に行くのは楽しいと思いますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 87.8%、京都市 88.2%、全国 86.1%

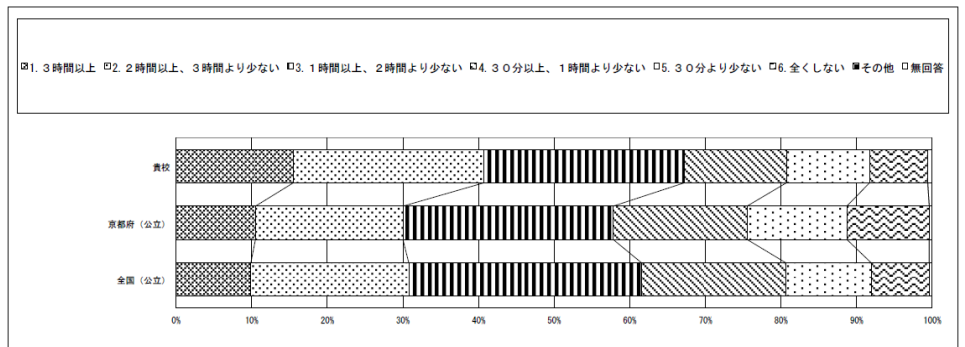
上の2つの質問についても肯定的な回答は、いずれも京都市や全国平均を下回っていましたが、多くの生徒が「人の役に立ちたい」と思ってくれていることを大変うれしく思いますし、何よりも「学校に行くのは楽しい」と肯定的に回答してくれている生徒も多く、これもうれしいことです。しかし、12.2%の生徒が否定的事であることから、全校生徒が楽しい、よかったと思える学校作りをがんばらないといけないと考えております。

#### ② 家庭での勉強について

#### ■【質問(17)】「学校の授業以外に、普段1日当たりどれくらいの時間、勉強をしますか」

⇒ (グラフの1段目：本校、2段目：京都府、3段目：全国)

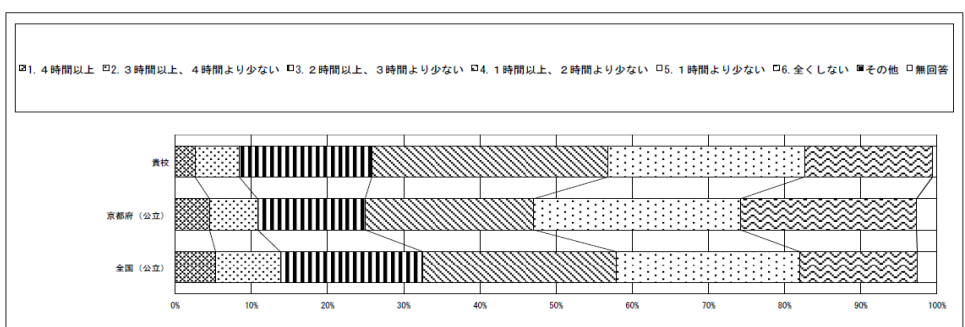
下の表を見てもらってもわかるように、普段から多くの生徒は自宅でも勉強をしているようです。(約4割の生徒が2時間以上、また約6割以上の生徒が1時間以上勉強しています。)



#### ■【質問(19)】「土曜日や日曜日など学校が休みの日に、1日当たりどれくらいの時間、勉強をしますか」

⇒ (グラフの1段目：本校、2段目：京都府、3段目：全国)

普段は約4割の生徒が2時間以上、勉強しているのですが、土曜日や日曜日になるとその割合が大きく変わります。これは全国的な傾向で、部活動や習い事等で忙しくしているのかもしれません。



#### ③ 幸せについて

「自分と違う意見」や「友だち関係」、「幸せな気持ちになる」など、自分を取り巻く環境から何かを見つけ、肯定する力はとても大切な事です。「感謝の気持ち」が育つ源と考えます。

#### ■【質問(13)】「自分と違う意見について考えるのは楽しいと思いますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 81.3%、京都市 79.6%、全国 79.2%

#### ■【質問(14)】「友だち関係に満足していますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 91.6%、京都市 92.4%、全国 91.4%

#### ■【質問(15)】「普段の生活の中で、幸せな気持ちになることはどれくらいありますか」

⇒ 肯定的な回答・・・本校 96.1%、京都市 93.4%、全国 91.6%

上の3つの質問についての肯定的な回答は、いずれも京都市や全国平均を上回るものがありました。特に、【質問 (15)】は、京都市や全国平均を大きく上回っています。多くの生徒が「普段の生活の中で、幸せな気持ちになる」と身近な生活を大切にしてくれていることをうれしく思っています。