



# 山野辺

〒088-0603 釧路郡釧路町別保南2丁目44番地1 TEL:0154-62-2019

## 《 校 訓 》 未来を拓く強い意志 《学校教育目標》

- 自主性をもち学び続ける生徒
- 自らを律し広い心をもつ生徒
- 心身を鍛え人生を切り拓く生徒



| 日  | 曜 | 主 な 行 事                                  |
|----|---|--|
| 1  | 日 | 東高校卒業式                                   |
| 2  | 月 | 学校安全点検日                                  |
| 3  | 火 | 全校朝会 公立入試事前指導 ALT                        |
| 4  | 水 | 公立高校学力検査日 1・2年後期期末テスト①                   |
| 5  | 木 | 公立高校面接日 1・2年後期期末テスト②                     |
| 6  | 金 |  |
| 7  | 土 |  |
| 8  | 日 |  |
| 9  | 月 | 3年生送別球技大会                                |
| 10 | 火 | ALT                                      |
| 11 | 水 | 卒業式全体練習 公立高校追検査日                         |
| 12 | 木 | 卒業式総練習 1・2年得点通知表発行                       |
| 13 | 金 | 第79回卒業証書授与式 ※給食なし                        |
| 14 | 土 |  |
| 15 | 日 |  |
| 16 | 月 | 評議会                                      |
| 17 | 火 | 公立高校合格発表 ※給食なし                           |
| 18 | 水 | 職員会議①                                    |
| 19 | 木 | 小学校卒業式 職員会議②                             |
| 20 | 金 | 春分の日                                     |
| 21 | 土 |  |
| 22 | 日 |  |
| 23 | 月 | 大掃除                                      |
| 24 | 火 | 修了式 ※給食なし                                |
| 25 | 水 | 春休み開始～7日(火)                              |
| 26 | 木 |  |
| 27 | 金 |  |
| 28 | 土 | 3月は下校時間に変更されている日が多いです。必ず、学級だより等でご確認ください。 |
| 29 | 日 |  |
| 30 | 月 |  |
| 31 | 火 |  |

※発行日時点の予定になりますので、変更が生じた場合はご了承下さい。

## 『オリンピック大会から感じた「任せて見守る勇気と育つ自律」』

校長 藤田 崇 充

釧路にしては暖かい日が続き、春の気配が強く感じられるようになりました。校舎に差し込む光の明るさが変わり、子どもたちの表情にも、次の学年へ向かう準備の色が見え始めています。2月は一年の中でも特に短い月ですが、その分だけ、子どもたちが日々積み重ねてきた姿勢や考え方が、より鮮明に見えてくる時期でもあります。学年の締めくくりが近づくとこの時期は、子どもたちが「自分で考え、自分で選び、自分で動く」という自律の力をどれだけ育んできたかが、自然と表れてくる大切な時期でもあります。

この冬に開催された「2026年ミラノ・コルティナ冬季オリンピック」では、世界の舞台で活躍する選手たちの姿が、多くの人に勇気と感動を届けてくれました。華やかな結果に目が向きがちですが、その裏側には、長い年月にわたる地道な努力があります。そして何より、彼らの努力は誰かに強いられたものではありません。自らの目標を定め、自分で選んだ道を、自分の意思で歩み続けてきた結果です。困難に直面しても、諦めずに挑戦し続ける姿は、まさに「自律」の象徴と言えるでしょう。結果よりも、そこに至るまでの過程にこそ、彼らの強さと価値が宿っています。

学校で過ごす子どもたちの日常にも、同じような瞬間がたくさんあります。授業での学び方を自分で工夫する姿、友達との関わりの中で自分の言葉を選び取る姿、部活動で自分の課題に向き合おうとする姿。こうした一つひとつの行動は、誰かに指示されたからではなく、「自分でやってみよう」という気持ちから生まれています。たとえ小さな一歩であっても、自ら選んだ行動には確かな価値があります。自律とは、大きな決断をすることだけではなく、日々の小さな選択を積み重ねていくことでも育まれていきます。もちろん、思い通りにいかない日もあります。努力がすぐに結果につながらず、悔しい思いをすることもあるでしょう。それでも、自分で決めたことに向き合い続ける経験は、子どもたちの心を強くし、次の挑戦を支える土台になります。オリンピック選手の活躍は、「結果よりも、挑戦し続ける姿勢そのものが人を成長させる」ということを、改めて私たちに教えてくれます。子どもたちが自分の力で未来を切り開いていくためには、この“挑戦し続ける姿勢”こそが欠かせません。

私たち大人もまた、子どもたちの自律を育むために、日々の教育活動を積み重ねています。学校では、子どもたちが自分で考え、選び、行動できるよう、見守りながら必要な支援を丁寧に行っています。子どもたちが自分の力で未来を切り開いていくためには、周囲の大人が「任せてみる勇気」を持つことも大切です。保護者・地域の皆さまが寄せてくださる温かな支えは、子どもたちが安心して挑戦できる環境をつくり出しています。子どもたちの自律は、学校と家庭、地域が一緒になって育てていくものです。

年度の締めくくりが近づくと2月。子どもたちが自らの力で積み重ねてきた歩みを認め、次の一歩へとつながるよう、学校全体で温かく見守っていきたいと思います。春はもうすぐそこまで来ています。子どもたちが自分の可能性を信じ、自らの意思で前へ進もうとする気持ちを、これからも大切に育んでいきます。

## 生活リズムチェックシートの結果から

12月に全校生徒を対象に実施した「生活リズムチェックシート」の結果をお伝えします。ご家庭でもご活用ください。

### 【学校全体の傾向】

#### ①起床・就寝・睡眠時間

夏と比較し、起床、就寝時間は、全校的に遅くなっている。起床時間の全校平均は7時5分、就寝時間の全校平均は23時10分である。睡眠時間の全校平均は7時間45分であり、しっかりと睡眠をとっている生徒が多い。

#### ②家庭学習

学習時間の全校平均は1時間20分であるが、学年の差が大きい。1年生の平均が45分、2年生の平均が1時間10分、3年生の平均が2時間10分となっている。夏と比較し、受験が迫っている3年生は増加したものの、1、2年生は減少している。家庭学習の提出率は、委員会で毎日チェックし、その結果を校内掲示し、必要に応じて呼びかけがされるなどの活動により、全体的には高い水準を維持している。反面、提出しない生徒が固定化されている。



#### ③読書・電子メディアの時間

読書時間は全校平均10分と非常に短い反面、メディアの時間は全校平均2時間30分と長く、夏と比較し増加している。当然ではあるが、メディアの使用が増えると、学習時間が減る傾向にある。※学校評価アンケートから、ご家庭でスマホを含むメディアの使用ルールを決めている割合が低いことが分かりました。全国、全道的にSNSによる問題が多く発生していますので、ご家庭で指導をお願いします。

#### ④運動時間

夏と比較し、1、2年生は横ばいで1時間10～20分であるが、3年生は大幅に減少し20分である。部活動を引退し、運動する機会が大幅に減ったことが影響している。休み時間や下校バスを待つ間に、グラウンドで運動する生徒も見られる。

#### ⑤朝食を毎日食べている

毎日食べている生徒は、全校で72%と低い。起床時間が遅くなっていることも影響していると考えられる。朝食を抜くとイライラしたり、授業に集中できなかつたりと悪影響が大きいので、ご家庭のご協力をお願いしたい。

## スクールカウンセラー～3月の来校予定

| 《伊藤 真理SC》 | 《村上沙由里SC》            |
|-----------|----------------------|
| なし        | 3月 6日(金) 13:00~15:00 |

※3月は上記の日程で来校予定ですので、お子さんのことで話を聞いてもらいたいことや相談がありましたら、学校（教頭）までお問い合わせください。

## 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から

6月に2年生を対象に実施した調査結果が届きましたので、お伝えします。

| 種目(単位) | 握力(kg) | 上体起こし(回) | 長座体前屈(cm) | 反復横とび(点) | 持久走(秒) | 50m走(秒) | 立ち幅とび(cm) | ハンドボール投げ(点) | 合計点(点) |
|--------|--------|----------|-----------|----------|--------|---------|-----------|-------------|--------|
| 男子 全国  | 28.95  | 26.09    | 45.12     | 51.64    | 409.25 | 8.00    | 197.51    | 20.74       | 42.20  |
| 男子 本校  | 30.30  | 25.80    | 38.07     | 50.00    | 450.67 | 8.13    | 206.78    | 21.00       | 41.89  |
| 女子 全国  | 23.15  | 21.70    | 46.99     | 45.74    | 309.66 | 8.97    | 166.44    | 12.43       | 47.58  |
| 女子 本校  | 21.17  | 21.64    | 37.27     | 41.20    | 344.89 | 9.54    | 169.20    | 12.82       | 47.14  |

○男女とも「立ち幅とび」と「ハンドボール投げ」全国平均を回っている。「ハンドボール投げ」については、日常のバレーボールやバドミントンの動作が、良い結果に結びついたと考えられる。さらに、男子は「握力」も全国平均を上回っている。  
○男女とも「持久走」は全国平均を大きく下回っており、課題が見られる。  
○昨年度に引き続き、2～3種目で全国平均を上回るなど、学校としての改善が見られる。合計点は男女とも全国平均と同程度である。  
○この結果を受け、運動に親しみ意欲を高めるような指導と環境づくりを、体育の授業を中心に進めていきます。合わせて昼休みには体育館やグラウンドでの運動を奨励するなど、体を動かす機会を作っていますので、家庭でも意図的に運動の機会を作っていただければと思います。

## 別中生の活躍！

【バドミントン部】◎釧根地区中学生学年別バドミントン大会 2月21日(土) 釧路町体育館

- 1年男子シングルス **第3位 竹島**  
4回戦進出(ベスト8) 落合 3回戦進出 田中  
2回戦進出 遠藤 矢本 1回戦出場 今井 西村
- 1年男子ダブルス **第3位 今井・落合 田中・矢本** 3回戦進出(ベスト8) 遠藤・合掌
- 1年女子シングルス 3回戦進出 北村 獅子内 2回戦進出 方波見  
※クラブチームから出場した**森さんが準優勝!**
- 1年女子ダブルス 2回戦進出 方波見・獅子内 3回戦進出 北村・畑中  
※クラブチームから出場した**樋口さんが準優勝! 森さんが第3位!**
- 2年男子シングルス 2回戦進出 田村 佐藤 1回戦出場 藤田 石井
- 2年男子ダブルス **第3位 佐藤・田村**
- 2年女子シングルス 1回戦出場 和田
- 2年女子ダブルス 1回戦出場 鈴木・鍋久保

【バレーボール部】(別保・幣舞・遠矢・茶内・共栄合同)

- ◎中学生バレーボール選手権大会 2月7日(土) 桜が丘中学校
- 2回戦 快勝! ○ 2-0 対 青陵
- 準決勝 快勝! ○ 2-0 対 K-UNITED U-15 **※長崎さんが出場し第3位!**
- 決勝 **優勝!** ○ 2-0 対 鳥取・阿寒湖・鶴居

【全日本長ぐつアイスホッケー選手権大会 女子の部】

- 2月1日(日) 釧路町リンク  
◎別保革命 ASEAN (釧路町中学生女子代表)

予選Bブロック 0勝3敗(4位) ⇒ 順位トーナメント **1勝1敗(6位)**

