



地域・家庭・学校を結ぶ学校だより

高台

<https://www.ota-school.ed.jp/magomehigashi-is>



令和8年1月8日
令和7年度第9号
大田区立馬込東中学校

自己肯定感のすゝめ

一生徒のみなさんへー

校長 松井 圭一

「一陽来復」。冬至から半月が過ぎ、少しずつ春に向かっていますが、3日前に小寒を向かえて寒さが一層厳しい時節となりました。

寒中には、街ゆく人も心なしか寒さに耐えるために自然と背が丸まっているように見えます。

さて、クラスの仲間や家族など、身近にいる人の背中を見るのはとても簡単なことですし、街中をゆく一面識もない名前すら知らない人の背中だって、難なく見ることができます。

でも、最も身近な自分の背中には直接見ることはできません。

中学生のみなさんは、これまで十数年間自分の背中を見ないまま生活してきましたし、これからもそのように暮らしていきます。いや、＜見ない＞ではなく、＜見るができない＞のです…

＜自分のことは自分が一番よく知っている＞というフレーズを時々耳にすることがあります。自分のことをよく知っているとしても、＜自分の全てを知っている＞わけではありません。

自分では気付かなかった口癖や仕草、立ち居振る舞いなど、周りの方から指摘され改めて思い返すと、＜確かにそうだな＞と苦笑したり、恥ずかしくなったりした経験がある人も多いかもしれません。

生まれたときから常に身近な存在の背中さえ見ることができないように、もしかするとみなさんには自分のことであっても気付いていないことがたくさんあるのかもしれません。

自分自身の背中を直接見ることはできないように、みなさんは自分のよさに気付いていないのかもしれませんが。馬込東中学校のみなさんには、よいところがたくさんあると私は思っています。

みなさんの授業中の集中力や、行事へ向かう真摯な姿勢、生徒会（委員会）活動への熱心な取り組み、部活動での目標達成に向けた直向きさ、休み時間等での友だち同士の心のふれあい、学校生活のどれをとっていても、＜全力で頑張る馬込東の生徒＞を感じます。

様々な調査結果から、日本の子どもたちは自己肯定感が低いと言われています。

昔から日本人には＜謙虚さ＞を重んじる国民性があるので、それも調査結果に反映しているのかもしれませんが、自分が全力で頑張っていることや、充実感を味わえたことについては自信をもってほしいと思います。みなさんには、それだけの力があるのですから。

自信がもてれば、さらに頑張ろうという意欲が湧いてきます。自信は些細な失敗やハードルも臆することなく前に進むための大きなエネルギーとなり、新しいことや、もっと困難なことにも積極的に取り組もうとするパワーとなるのです。たとえ結果がどうあろうと、新たなチャレンジをしたとか、困難なことにも取り組んだとかいう経験は、それだけでも立派な前進なのです。

そしてその前進は、新たなより大きな自信を生み、一層大きな一歩となり、また新たな挑戦へと向かうこととなります。これは自信が生み出すプラスのスパイラルです。

このように考えてみると、自己肯定感の重要性が理解できたと思います。

わたしは、機会を捉えて＜夢＞をもつことの大切さを伝えてきました。その夢を自分のものとするためには、自己肯定感が必要不可欠です。

2学期の終業式で＜2025年を振り返って、頑張ったことを10個（以上）思い出して、自分で自分をほめて新しい年を迎えましょう＞と話しました。それは＜頑張れたこと＞を実感することが自己肯定感をもつ＜grain（穂・種）＞となるからです。

新たな年の始まりにあたり、自分の未来を切り拓くために自分の努力や成果を謙虚に認め、自己肯定感をもってこれからの人生を一步一步進んでいってほしいと思います。

馬込東の全生徒にとって 2026年が未来を拓くためのより充実した年になりますように……

<2026年も馬込東中学校をよろしくお願いします>

新しい年を迎えました。保護者の皆さま、地域の皆さまにおかれましては、旧年中より、本校の教育活動に多大なるご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。馬込東中学校の生徒たちが、日々健やかに成長し、落ち着いて学びを積み重ねられているのは、皆さまのお力添え、支えがあったからこそです。

今年度もどうぞよろしくお願いします。

2026年の干支は「午」。古来より、午（うま）は力強さと俊敏さの象徴とされ、人々を運ぶ足となり、未来へ向けて疾走する存在として親しまれてきました。馬込東の「馬」とも重なります。

また今年は、本校の創立70周年の記念の年でもありますので、特別な節目の年でもあります。生徒一人ひとりが自らの力を信じ、目標に向かって軽やかに、そして力強く駆けだしていく一年となることを願っています。

また、多様化する社会において、自分の意見や考えをもちながらも、他者を理解し尊重できる力の育成に力を注いでまいります。馬が大地を踏みしめて走るように、生徒がしっかりと自分の人生を歩むための「足場づくり」を丁寧に進めてまいります。

<地域防災訓練>

12月7日（土）に地域の防災訓練を行いました。馬込特別出張所の方が中心となり行った防災訓練では、保護者の方も20名以上参加していただきました。ありがとうございました。今回は、災害発生時に学校が避難所となることを想定し、主に二つの内容に取り組みしました。

一つ目は「施設の安全点検」です。校舎内を巡回し、危険箇所や設備の確認を行うことで、非常時に安全に利用できる環境が整っているかを確認する訓練でした。環境が整っていることが確認でき次第、避難所として開設できるかの判断ができます。

二つ目は「避難所設営のための受付訓練」です。避難所の受け入れを想定し、避難者役と運営役に分かれて、受付の流れや役割分担を確認しました。実際の災害時には、迅速かつ円滑な対応が求められるため、お子様連れ、怪我をなさっている場合など、様々なケースを想定した訓練となりました。

今回の訓練を通して、学校が地域防災の拠点として果たす役割の重要性を再確認するとともに、地域との連携の大切さを学ぶ機会となりました。今後も、防災意識の向上と実践的な訓練を継続してまいります。

<笑顔と学びの体験活動プロジェクト>

12月19日に全校生徒を対象とした、笑顔と学びの体験活動プロジェクトを行いました。

この取り組みは、生徒の積極性、協調性、コミュニケーション能力、他者理解、興味・関心、感性など、子どもたちの豊かな心の育成を目指した取り組みであり、「見る・聞く・触れる」体験をとおし、笑顔で学ぶ機会を提供することを目的とするプロジェクトです。

今年度は「なぞ解き（謎めく学校からの脱出）」と題し、株式会社 IKUSA あそび総合カンパニーによる謎解きを行いました。各クラス毎5、6人のチーム（班）になり、謎解きを行いました。チーム内で分担を決めて謎解きをしているところもあれば、みんなで一つの問題を解決しようとする班もあり、とても盛り上がりました。また、難しい問題の解き方に閃いたときの、嬉しそうな顔や、小声で回答を共有する姿からは各チームの団結した姿が見られました。どのチームもしっかりとコミュニケーションを取りながら取り組むことができました。

