



# 飛 翔

令和8年6月1日  
板橋区立志村第一中学校  
校長 岡部 誠



## ☆ 自分なりのトレーニングを！ ☆

休みの日の早朝に電車に乗っていると、ランニングウェアを着た女性2人が楽しそうに会話をしていました。何となく聞こえてきた会話の中に、「トレイルランニング(未舗装の山道や林道を走るアウトドアスポーツ)」というキーワードが聞こえてきたので、どうやらこれから大会にでも参加するのだろう、と思いました。私も時々、ロードランニングをしているので、走っている時の爽快感を心の中で共有できました。きっと、今日のためにトレーニングを積んできたのだろう。きっと、練習の成果を大会で試すのだろう。きっと、大会結果の記録を見て今後も練習するのだろう。などと勝手に想像していました。



さて、今年度に入り、皆さんが何かのために準備してきたことには、どのようなことがありますか？部活動の大会、修学旅行や校外学習などの行事、そして何かの習い事など、でしょうか。先ほど紹介したランナーたちのように、何かに向けて「準備(トレーニング)」をし、本番で「成果を試す」というプロセスは、皆さんの学校生活、とりわけ「勉強」においても全く同じことが言えます。

4月からの2ヶ月間、皆さんは新しいクラスや教科の学習に実直に取り組んできました。日々の授業や宿題、小テストなどの地道な積み重ねは、まさにランニングでいうところの「足腰の鍛錬」です。そして、3週間後に控える期末考査は、いわばその成果を力試する「大会」のようなものです。

ここで大切にしたいのは、試験に向けた「準備の質」です。ただ机に向かうのではなく、「自分は今、どの山(目標)を登ろうとしているのか」、「どのルート(方法)が自分に合っているのか」を主体的に見極めることが重要です。得意な教科をさらに伸ばす計画、苦手な単元をじっくり克服する計画など、自分に合った「トレーニングメニュー」をぜひ自分で組み立ててみてください。また、学校生活における「大会」は、ペーパーテストだけではありません。5月に実施した修学旅行や校外学習、日々の部活動の練習の成果を発揮する大会やコンクール、これらすべてが、皆さんが準備を重ねて挑んだ、あるいはこれから挑む大切な舞台です。様々な経験を経て、皆さんは確実に「前へ進む力」を養っています。行事で得た協調性や、部活動で培った粘り強さは、必ずやこれからの試験勉強という孤独な壁を乗り越えるエネルギーに変わるはずです。



そしてもう一つ、心に留めておいてほしいことがあります。それは、ランナーが大会後に「記録を見て今後の作戦を考える」ように、テストや行事の本番が終わった後の「振り返り」こそが次の成長を決める、ということです。結果の数字だけに一喜一憂するのではなく、「どこがうまくいって、どこに課題があったのか」を冷静に分析すること。それこそが、皆さんをさらに高いステージへと導く本当の学び(=自律的な学習)です。

梅雨入りを控え、少しすっきりしない天候が続く季節になりますが、体調管理も大切な「準備」の1つです。これまでの多様な経験を自信に変え、3週間後の期末考査に向けて、自分なりのベストな「トレーニング」を始めていきましょう。皆さんがそれぞれの目標に向かって、生き生きと走り抜ける姿を応援しています。

★ 8年生 校外学習 (C×C×C 後悔しない最高の1日を! ~教科書には載っていない、青春の1ページ~)

5月22日(金)、Canpus(大学)×City(都内巡り)×Career(社会的自立)の要素を盛り込んだ校外学習を行いました。時折、小雨を感じながら、アカデミックな静寂と町からあふれる躍動的な喧騒を対比させながら、未来を考える旅路となりました。

午前は、各クラス指定された大学(1組:早稲田大学、2組:東京藝術大学、3組:東京大学、4組:慶應義塾大学、5組:上智大学、6組:立教大学)構内を班ごとに散策、見学し、学ぶことの意義や価値を体感しました。昼食も学生食堂を利用させてもらうなどして、現役大学生の熱量を間近で感じることができました。

また午後は、上野の美術館や浅草の浅草寺と言った博物館や史跡名勝、東京タワーや明治神宮と言った観光名所、企業ミュージアムや庭園など多岐にわたり、それぞれの班が事前学習で明確な目的意識をもって訪問地を選択したことがうかがえました。班行動中は、はぐれてしまったり、突然の強風で傘がこわれてしまったり、様々なハプニングもあったようですが、お互いに声を掛け合いながら、全員無事に帰着しました。

今後、当日の行動を振り返り、校外でしかできない学びを形式知化して、次の目標につなげてくれることを期待しています。保護者の皆さま、ご協力、ありがとうございました。



★ 9年生 修学旅行 (友雅絆響 ～爆裂修学旅行楽しみすぎて滅～)

5月26日(火)から28日(木)にかけて、関西方面(京都・奈良)へ修学旅行に行ってきました。事前の予報では雨が心配されましたが、3日間を通じておおむね天候に恵まれた行程となりました。

初日は新大阪からバスで奈良方面に向かいました。最初に向かった法隆寺をはじめ、薬師寺や唐招提寺を見学し、生徒たちは荘厳な木造建築の数々を目の前にして、歴史の重みを肌で感じている様子でした。ガイドの方の解説を聞きながら熱心にパンフレットに目を通す姿が印象的でした。日頃からしおりを確認し、自律的に行動する習慣が身に付いているため、全体の動きも非常にスムーズでした。夕食は大部屋に一堂に会し、すき焼きを賑やかに平らげました。食後に行われた薬師寺のお坊さんによる講話も大いに盛り上がり、各クラスに1枚ずつ、素晴らしい色紙のお土産までいただきました。笑顔と笑い声の絶えない、充実した1日目となりました。

2日目。天候を考慮して早めに宿舎を出発し、奈良公園で鹿とともに集合写真を撮影しました。その後、東大寺大仏殿を見学してから班行動がスタートしました。目の前に広がる雄大な大仏、南大門に構える金剛力士像、そして悠々と歩き回る鹿たちと触れ合った後に奈良公園から次の目的地を目ざしました。昼食を挟み、午後は、京都市内の史跡名勝を巡りました。時折、小雨がぱらつく中、宇治の平等院鳳凰堂や伏見稲荷大社、清水寺など、雨だからこそ映える風情ある景色を楽しみました。この日の夕食は部屋食となり、京都ならではの膳を堪能しました。

そしていよいよ最終日。夜から降り続いた雨も朝方には上がり、班ごとのタクシー行動がスタートしました。前日に行けなかった場所についてドライバーの方と相談して柔軟に行程を修正したり、混雑状況を適切に判断して訪問順を変更したりするなど、限られた時間を有効に活用していました。集合場所の京都駅では、大人数であるにもかかわらず、整然とした解散式(閉校式)を行うことができました。帰りの新幹線でも会話が尽きず、あっという間に東京駅に到着しました。

3日間を通じて、学校生活で培った「秩序と自由」を体現した、大変立派な集団行動が見られた修学旅行となりました。最上級生として、また志村一中の代表としての今後の活躍がますます楽しみになる、見事な姿でした。



