



飛 翔

令和8年 7月 17日
板橋区立志村第一中学校
校長 岡部 誠



★ 「行動」は、「心」が決める ★

さあ、いよいよ夏休みです。学校生活という枠組みから少し離れ、自由な時間が広がるこの期間は、皆さんが「どのように自分をコントロールできるか」が試される時でもあります。誰かに指示されて動くのではなく、充実した時間を「自分の意志（心）」で選び取る夏休みにしていきましょう。

（1）生活を「デザイン」する計画を

24時間の円グラフを描き、自分の生活パターン（平日、休日、部活動など）を大まかに作ってみてください。「やらされる計画」ではなく、自分が心地よく過ごすためのデザインです。

（2）午前中の時間を制する

「早起き」は1日を豊かにする最高のスイッチです。特に脳が一番冴えている「午前中の時間（Aの時間帯）」をどう使うかで、夏休みの成果は大きく変わります。

（3）スマホから離れる勇気を持つ

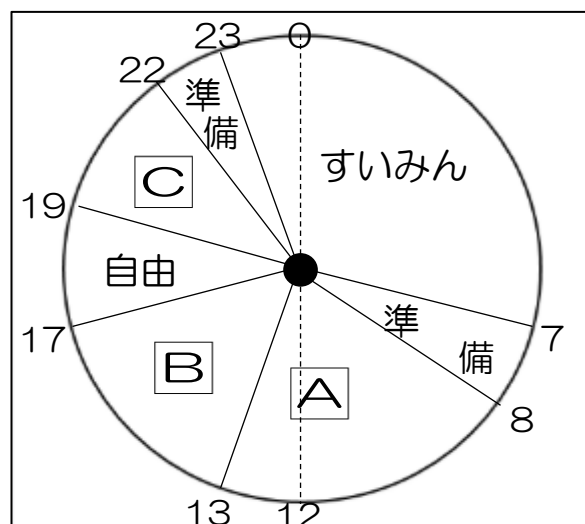
グラフの中で「これに取り組む」と決めた時間（A・B・

Cの時間帯）は、スマホを遠ざけてみませんか。画面からの刺激を少し我慢するだけで、部活動、宿題、読書、家族の手伝いや地域の活動など、目の前にある「リアルな経験」への集中力が格段に高まります。

（4）試行錯誤を恐れない

自分の行動を自分で決めて動くとき、最初からすべてうまくいくとは限りません。失敗しても構いません。「なぜダメだったか」を考えて改善していくこと、そのプロセス自体が皆さんを大きく大人へと近づけます。

厳しい暑さが続きますが、体調管理を徹底し、事故や怪我のない安全な毎日を過ごしてください。他者を思いやる優しさを持つと同時に、自身の心と体の声にも耳を傾け、自分を大切に育む期間にしましょう。2学期の始業式、一回りたくましくなった皆さんに会えるのを楽しみにしています。



★通知表の「所見」欄について

三者面談では、お子様の育ちについて方向性を共有できました。ありがとうございました。また本校では、通知表の所見は学年末のみ記載しています。1・2学期の学校生活の様子については三者面談等にてお伝えさせていただいておりますので、ご承知おきください。

★夏休みに心がけてほしいこと

- ・困ったことがあれば、保護者や学校の先生などに相談しましょう。
- ・8月中旬にフォームによるアンケートに回答してください。
- ・熱中症対策として、屋外ではマスクをはずしましょう。
- ・夏休みの宿題は、7月中（または8月中旬まで）に終わらせましょう。
- ・図書館で本を借りるなどして、3～4冊は本を読みましょう。
- ・お小遣いを計画的に使いましょう（または貯めましょう）。
- ・家のお手伝いを自分からすすんで毎日行いましょう。

QRコードは、
板橋区の公式HP
からだよ！



★【要注意】携帯・スマートフォン利用上のルール



▲利用上のルール



▲板橋区相談窓口

警察庁より、啓発用パンフレットが届きましたので、最終ページをご覧ください。夏休み中など、困った時はためらわずに相談窓口の利用も検討ください。また、被害に遭われた際はスクリーンショットなどで証拠として保存するようお願い致します（後日、警察等に資料提供を求められることがあります）。

★児童・生徒を性暴力等から守るための第三者相談窓口のお知らせ

「保護者の皆様へ」と題した東京都教育委員会からのお手紙を終業式に配付します。

内容は、令和4年4月1日に施行された「教育職員等による児童生徒性暴力等に関する法律」に基づき、教職員と生徒間ではSNS等での個人的なやりとりを禁止していること等について記載があります。本校生徒の充実した学校生活を送るため、ご一読くださるようお願いいたします（相談窓口のQRコードもご活用ください）。



★ 体験ツアー

本校では令和5年度より、学びのエリア小学校（志一小、志三小、富士見台小）の6年生の児童のみなさんに中学校を知ってもらおうと、体験ツアーを実施しています。



今年度も、クロスワードパズルを解きながら中学校生活の実際を見学してもらいました。以下、小学生の声です。中学生になることへの夢や希望をもつきっかけとなってもらえたら嬉しいです。

- ・勇気をもって質問したら、ていねいに答えてくれました。やさしくてかっこよかった！
- ・授業が難しそうでした。今からしっかり、勉強していきます。
- ・志一中に入学して、先輩たちみたいな大人になりたいです。など

★ 第8学年修学旅行（令和9年度実施）にかかる費用について

修学旅行費用は公費負担となることが決定しております。つきましては、現在の第8学年で予定していた9月からの積立金の徴収は実施しないことをお知らせいたします。

なお、今年度の公費負担分の返金手続きにつきましては、詳細が分かり次第、改めてご案内いたしますので、何卒ご了承ください。



★部活動等の記録（敬称略）

- 野球部
東京都中学校体育連盟板橋区夏季総合大会・ベスト8
（選抜チーム選出）
- 吹奏楽部（演奏日は8月6日・府中の森芸術劇場）
東京都中学校吹奏楽コンクールに出場
- ソフトテニス部 ※都大会に出場
男子（団体）東京都中学校体育連盟板橋区夏季総合大会・第2位
（個人）第1位
第2位
第3位
第5位
女子（団体）東京都中学校体育連盟板橋区夏季総合大会・第1位
（個人）第1位
第3位
第5位
- 男子バレー部
東京都中学校体育連盟板橋区夏季総合大会・第2位
- 女子バレー部 ※都大会に出場
東京都中学校体育連盟板橋区夏季総合大会・第2位
第4ブロック夏季大会・第6位
- 男子バスケットボール部
東京都中学校体育連盟板橋区夏季総合大会・第3位
- 女子バスケットボール部 ※都大会に出場
東京都中学校体育連盟板橋区夏季総合大会・準優勝
- 剣道部
東京都剣道連盟会長杯争奪中学校剣道大会
男子団体 第3位 ※都大会出場
第4ブロック夏季大会
男子団体 第3位
第21回全日本都道府県対抗少年剣道大会
東京都代表選手
第30回杜の都中学校選抜剣道大会(東北地方招待大会)
男子団体 第1位
東京都中学校体育連盟板橋区夏季総合体育大会 ※都大会に出場
男子（団体）第2位
（個人）第3位
女子（団体）第2位
（個人）第1位、第2位
- 陸上競技部
第72回全日本中学校通信陸上競技大会
男子共通砲丸投 第2位
第77回東京都中学校地域別陸上競技大会
男子西部共通砲丸投
第1位
女子西部2・3年800m
第5位
女子西部2・3年 800m 第7位
女子西部1年 800m 第7位
男子西部2・3年走幅跳 第8位



夏休みも
水分補給を
しっかりとって、
がんばろう！

