五中だより

自分には
何ができるか

第７号(１１月号)
令和８年１１月１７日
調布市立第五中学校
校長 中谷 愛

校長先生のお話　【 本校卒業生より「勉強することについて」】

１１月９日
全校朝礼講話

３年生の面接練習が始まりました。面接では自分の将来を考え、進路について自分の希望を自ら言葉にすることが期待されます。家族や先生のアドバイスを基にしながら、授業以外の場面でも多くの時間をかけて準備して臨んでいる様子がわかります。また、それは単に面接練習の準備という作業だけでやりきれることでもなく、主に中学校生活での３年間、様々なことに対して考え、試行錯誤しながら前にすすんできたことを振り返るからこそたどり着く境地です。

さて、１１月の目標は、「落ち着いた学習環境を整え、全力で学習に取り組む学校」です。この目標にちなんで、今日は全校生徒の皆さんに向けて、一年前に一人の卒業生が面接練習で語ってくれたことを紹介します。

T「中学校で最も頑張っていることは何ですか。」
S「数学の問題をできるようにするために、毎日３問家で解いています。でも１、２年生の時にもう少し勉強を頑張っていればよかったです。」
T「それはどういうことですか。」
S「３年生になるまで、私はふざけすぎていました。提出物を出さないなど、先生から言われていることさえもできていなかったからです。」
T「なぜ、２年前までさかのぼってもっと勉強しておけばよかった、と思うのですか。」
S「自分の将来のために必要であることに気付けなかったからです。２年前から今の気持ちで取り組めば、今考えているのとは違う進路を考えたかもしれません。」
T「でも今まで気付かなかった大切なことに、今気付いて毎日取り組んでいる。自分を変えるのは大変ですが、気付いたからこそ自分の習慣を変えられたのではないですか。」
S「はい、そうです。」
T「すでに数学は手ごたえが出ているのではないですか。」
S「はい。１学期から夏休みにかけて取り組んだことから、２学期の中間テストで出来るようになり、結果が変わり始めました。」
T「それは、自分で学ぼうとして、学ぶことを続けた結果ですね。まだまだ中学校生活は終わっていないですよ。受験までまだ時間があります。」
S「はい。」
T「後輩に伝えたいことはありますか。」
S「はい。勉強することは自分のため。少しでも早く取り組むことをおすすめします。」

自分で、自分のそれまでの考えを変える必要があると気付き、目標を立て、行動に移し、自分なりの学び方の習慣を作り上げた背景に、３年生に進級したときによほどのきっかけがあったと推察します。「提出物を出さないなど、先生から言われていることさえもできていなかった」とは、学校の先生から言われていることだけでも十分ではなく、それ以上に取り組みたいという意思が生まれています。数学の問題を自らの目標で継続して解くという取組は、理由と結論のつながりを考えるトレーニングでもあり、例えば、感情や思い込みに頼らず事実や条件をベースにして正解を導く論理的思考力を育むことができます。これは、皆さんの未来において、さまざまなシーンで強力に働く力です。

１学期にアクティブ・リコールの話をしましたが、この方が自ら学びに向かっていることにより、受け身で行うよりも、より力が付くことが想像されます。毎日３問というのも、一日の家庭学習にかける量の参考になりますね。今年の文部科学省の学力の調査によれば、SNS や動画視聴の利用時間を一日 30 分未満におさえている中学生は成績が高く、長時間利用になるほど低くなる傾向が明らかになりました。一日４時間以上利用している場合は、30 分未満と比較し、20 ポイント以上の開きがあったとの分析もありました。

以上、後輩へのメッセージも含めて、今日皆さんに勉強することについてお伝えしました。

結びに、先月の合唱コンクールについて。トップバッターを務めた１年生、緊張したことと思いますが、集団のまとまりがあり、見事な歌唱力でした。２年生、特に学年合唱では、皆さんの気持ちにあった歌詞であると感じ、響きや表現力の両方に感動しました。３年生、休憩時間から本番さながらのパフォーマンスに、観客がステージにくぎ付けになりました。１分１秒を惜しまず練習に取り組む姿勢が、今年の五中の「最高到達点」でした。

合唱コンクール以降、涼しくなってきて秋も深まっているようです。体調に気を付けて過ごしてください。



2年　音楽鑑賞教室

１１月５日(木)

２年生は、調布市グリーンホールで行われた音楽鑑賞教室に参加しました。本格的なオーケストラの演奏ながら、初心者でも楽しめる耳なじみの良い曲を楽しむことができました。指揮者体験コーナーでは本校の生徒が登壇し、緊張しつつも堂々と指揮をする姿を見ることができました。



令和８年度　調布市教育委員会表彰について

調布市教育委員会では、学習やスポーツ・文化活動などで、他の模範となる優秀な活動を行った児童生徒の皆さんや、学校教育等に貢献いただいた方々の功績をたたえ、表彰を行っています。

令和８年度は基準の改正が行われています。詳細は、右の二次元コードを読み込んでいただくか、教育委員会からのすぐーる配信をご確認いただき、該当すると思われる場合は、資料を添えて担任の先生にお申し出ください。

全学年

第52回合唱コンクール

10月27日(火)

調布市グリーンホールにて、第５２回合唱コンクールを開催しました。約１か月間の練習の成果が十分に発揮され、迫力ある歌声をホールいっぱいに響かせました。（★最優秀賞、☆優秀賞、◎優良賞）



１学年合唱 COSMOS

Ａ組　心の瞳
Ｂ組　絆
Ｃ組　空駆ける天馬
☆Ｄ組　行き先
◎Ｅ組　HEIWA の鐘
Ｆ組　マイバラード
Ｇ組　変わらないもの
★Ｈ組　怪獣のバラード







天歌夢奏～歌声は永遠に反響する～





２学年合唱 ほらね、

☆Ａ組　花は咲く
★Ｂ組　ヒカリ
Ｃ組　生きている証
Ｄ組　OMNIBUS STAR 光年の旅
◎Ｅ組　走る川
Ｆ組　この地球のどこかで
Ｇ組　旅立ちの時





３学年合唱 あなたへ

Ａ組　決意
◎Ｂ組　信じる
Ｃ組　みやこわすれ
Ｄ組　青い鳥
★Ｅ組　言葉にすれば
☆Ｆ組　はじまり

五中生の活躍

卓球部

第９ブロック新人大会（学年別シングルス）
２年女子３名入賞　　１年女子４名入賞
⇒上記メンバーを含め、男子２名女子10名が都大会に出場します

バドミントン部

第7・9ブロック新人大会　男子団体準優勝
⇒都大会に出場します
調布・狛江・府中地区バドミントン新人大会
男子シングルス優勝、準優勝、第3位　男子団体準優勝



硬式テニス

９ブロック新人テニス大会　女子シングルス第２位
⇒都大会に出場し、ベスト８に入賞しました

陸上部

中学校支部対抗選手権大会
男子１年1500m第２位　男子1-2年砲丸投げ第３位

保健室より

朝夕と日中の寒暖差が大きくなり、気温が低い日も増えてきました。気温の変化にあわせて、肌着やセーターなどで衣服を調整しましょう。



□■　11月の指導の重点　■□

落ち着いた学習環境を整え、
全力で学習に取り組む学校を目指す

１ 教室の環境整備を再点検する（掲示物・清掃状況）
２ 教室での言語環境を整える（言葉遣い。発言方法）
３ これまでを振り返り家庭学習の課題を明確にする。

〈学校住所・電話番号〉
〒182-0035　調布市上石原３丁目２７番地１
電話　　042（484）1311
ホームページURL
https://www.chofu-schools.jp/chofu5/