



# 花巣蜂

は ち す は な

令和7年1月30日 第10号  
**新潟市立赤塚中学校**  
 全校生徒146名 男子77名 女子69名  
 TEL 025-239-2029 FAX 025-239-3313  
 E-mail [j703akatsuka@city-niigata.ed.jp](mailto:j703akatsuka@city-niigata.ed.jp)

## 今年の目標！ 「新年の決意」と「三日坊主」



新年あけましておめでとうございます。冬休みが終了し、後期後半の学校生活が始まりました。3年生は目前に迫った高校入試に向け、2年生と1年生は3年生からの活動の引継ぎや進級に向け、着実な取組を期待しています。

さて、お正月に今年の目標を立てた人は多いと思います。みなさん、今年の目標を立てましたか？ どんな目標を立てたか、もう忘れちゃったという人はいませんね。ところで、目標を立てることには大切な意味が2つあります。ひとつは、「迷いが減ること」。カーナビに目的地を入れるとルートが提示されるように、目的地を設定してはじめて、自分の進むべき道が見えてきます。もうひとつは、「やる気が出ること」。自分の進むべき道が見えると、やるべきことがわかって行動しやすくなります。人生の舵取りを自分でできることが、幸せな人生の歩み方です。しかし、ゴールを設定しなければ、歩む道も見えてきません。自分で人生の舵をとるためにも、目標を立てることは大切です。

目標を立てるときのポイントは2つの目標を立てることです。「こんなのかなえられるわけない！」という大きな目標と、コツコツ実践すれば確実にかなえていける小さな目標の2つを立てます。大きな目標を立てて、自分の可能性を広げ、小さな目標を立てて、成功体験を積み重ねます。小さな自信の積み重ねが大きな目標への道を作ります。

ところで、「目標を立てても長続きしなくて…」という人はいませんか？ 「三日坊主なんだから、意志が弱いな」と叱られて自分が嫌になった経験はありませんか？ しかし、「三日坊主」は、意志の強さや弱さとは関係ありません。脳が自分自身を守ってくれている「防衛本能」が関係しているのです。脳はもともと新しいことが大嫌いです。この「防衛本能」とは、人が新たなことを始めると今までの生活に戻そうとする働きのことです。つまり、今まで安全に生きてこられたので、新たなことを始めなくてもいいよと、新たなトライをする自分にストップをかけるのです。決めたことを続けられないのは、脳が自分を守ろうとしてくれているからなのです。

では、「三日坊主」から抜け出すにはどうすればよいでしょう。まず、「三日坊主」になりかけたら、「脳が防衛本能で守ろうとしているな」「大丈夫、危険なことはしていないよ」と自分に言い聞かせます（「脳内トーク」）。次に、「防衛本能」を解除するために、新たに始めたことを「習慣」にします。小さいとき嫌だった歯磨きやお風呂も、今は歯を磨かない、お風呂に入らないと気持ち悪いと感じます。「習慣」にすると人間は平気になるという働きを利用します。そして、あまり先のことを考えると苦しくなるので、「今日一日だけ頑張ろう」を今日一日だけやります。そして、翌日も「今日一日だけ頑張ろう」をします。失敗しても、気持ちを新たに「今日一日だけ」頑張ります。失敗しながらも一日一日重ねていくと、いつか、やらない日よりもやる日のほうが当たり前になります。そして、心地よくなります。「習慣」になれば、もう大丈夫です。

よろしくお祈りします

最後に、今年一年がみなさんにとって、「楽しく、幸せ」な一年になりますよう、赤塚中学校の職員一同、協力して取り組んでいきます。今年もよろしくお祈りします。



## 令和6年度第2回生徒総会、委嘱式・引継ぎ式を実施しました!!

1月20日、令和6年度第2回生徒総会が体育館で実施されました。生徒会本部や各専門委員会、各部活動の活動報告と生徒会予算中間報告が主な議題となりました。3学年委員から、中野玖頼さん(3A)と土橋蒼馬さん(3B)が、議長団として議事進行を行い、学級代表による質疑と生徒会本部や専門委員長、部長からの答弁、その後の採決まで大変スムーズに行ってくれました。

その後、新生徒会本部役員および新専門委員長の委嘱式が行われました。司会進行を新生徒会副会長の沼倉あかりさん(2B)が務め、新生徒会長の安澤 遼さん(2A)が委嘱状を手渡しました。全員が委嘱状を受け取ると、代表して新放送委員長の広澤菜南さん(2A)が新本部役員、新専門委員長を代表して挨拶を述べました。また、新旧委員長の引継ぎとして、現情報発信委員長の日馬あおいさん(3B)から新情報発信委員長の青木 侃さん(2A)に、活動内容を記録したファイルが手渡され、新旧の引継ぎが行われました。新本部役員や新専門委員長の緊張の中にも意欲に満ちた充実した表情がとても印象的でした。



生徒会活動報告を行う玉木さん



委嘱状を手渡す安澤さん



代表して挨拶を述べる広澤さん

### 新生徒会本部役員、新専門委員長としての抱負

#### 生徒会本部役員 2年B組 稲葉優美那さん

私の今年度の生徒会活動での目標は、自分から積極的に活動し、会長・副会長を支え、新2年生の本部役員の人たちをサポートしていきたいです。私は、昨年度も本部役員として1年間活動してきました。その1年間で学んだり、経験したりしたことを生かし、新本部役員の人たちに教えたりして積極的に活動していきたいです。また、今年度は今までやってこなかったことにたくさんチャレンジして、昨年成長できなかったところを成長させて頑張っていきたいです。

#### 生徒会本部役員 1年A組 石山 水雫さん

私は、生徒会本部役員になって、この赤塚中学校を笑顔が絶えない学校にしていきたいと考えています。そのために、周囲をよく見て、状況に応じ、判断と行動をします。また、普段から積極的にコミュニケーションが図れる雰囲気をつくっていききたいです。これからは、生徒代表であるという意識や責任感を常にもちながら、生活していきたいと考えています。そして、全校から頼ってもらえるような本部役員になれるように頑張りますので、よろしくお願いします。

#### 生徒会本部役員 1年A組 大越逢心琉さん

私は、生徒会本部役員になって全校生徒への気配りを忘れず、学年や立場関係なく、礼儀を忘れないでいきたいです。そのために、困っている人がいないか、常に気配りをします。そして、どんな相手に接するときも、身だしなみや敬語、相手を思いやる心をもつようにしたいです。今までは、忘れ物や時間に遅れることが多々ありましたが、これからは全校の見本である生徒会役員として、自分の生活や心を律し、全校の見本という自覚をもって学校生活を過ごしていきますので、よろしくお願いします。

#### 生徒会本部役員 1年A組 松岡 奏吾さん

僕は、生徒会本部役員になって、会長・副会長を支え、全校を引っ張っていけるようになりたいです。そのために、日頃から提出物などをしっかり出したり、挨拶をしたりして、全校のリーダーとしての自覚をもって行動します。また、どんなことがあっても先輩や生徒会本部役員の人と協力して冷静に対処します。もし、考えや意見に違いがあったとしても、全員が納得するまで話し合い、結論を出していきたいです。先輩方の力になれるように努力しますので、1年間よろしくお願いします。

#### ボランティア・美化委員長 2年A組 高橋 結衣さん

私は、自分の長所を生かし、委員長としての自覚と責任をもって行動したいと思います。委員会では、お互いがフォローし合える環境と委員一人一人が親しみやすい雰囲気づくりを心がけます。そして、みんなの意見をよく聞き、全校のより多くの人理解してくれる活動ができるようにしたいです。委員会のみならず協力して、美化活動やボランティア活動に取り組んでいきます。1年間、よろしくお願いします。



### 放送委員長 2年A組 広澤 菜南さん

私は、委員一人一人が学年関係なく意見を出し、相談し合えるような雰囲気の委員会にしていきたいです。そのために、話し合いの場を設けられるよう意識したり、普段から他学年とのコミュニケーションを大切にしたりして過ごしたいと思います。初めて人をまとめる立場になるので、不安なこともたくさんありますが、自分の長所を最大限に生かし、委員のみんなが活動しやすい委員会にできるよう頑張ります。

### 体育委員長 2年A組 林 莉愛さん

私は、全校生徒の皆さんに体を動かすことの楽しさを今よりもっと感じてほしいなと思います。そのために、皆さんが参加したくなるような企画を考え、誰でも参加しやすい雰囲気づくりをします。一人一人の意見に耳を傾け、より楽しく学校生活を送ってもらえるよう工夫します。来年度は元気で活気のある赤塚中学校にしたいので、他学年との交流を深められる企画を考えて、全校で楽しめる場を設けたいです。1年間、委員長として精一杯頑張るので、よろしくお願いします。

### 情報発信委員長 2年A組 青木 侃さん

私は、全校の皆さんにもっと本や図書館の魅力を発信していこうと思っています。今の来館者数にはバラツキがあります。そして、来館者の多くが常連の方々です。これは大変な問題であると思います。このことは、来館及び本を借りたことがない人がかなりいるということです。つまり、私たちの目的である魅力が伝わりきっていないということです。「Library」(情報発信委員会だより)だけでは足りないことがわかります。前置きが長くなりましたが、そういうことにならないよう、もっとイベントを考えようと思います。よろしくお願いいたします。



新旧専門委員長による  
ファイルの引き継ぎ

### 保健委員長 2年B組 五十嵐万理菜さん

私が保健委員長として頑張りたいことは、全校の皆さんの健康や安全を守ることです。そのために、健康に関する情報を積極的に発信したり、風邪やインフルエンザが流行する時期には、ポスター作りや手洗い・うがいの呼びかけを行う活動をしていきたいです。また、体調不良者を減らして、生徒の笑顔があふれる赤塚中学校にしていきたいです。委員長という立場は初めてですが、全力で活動に取り組んでいきます。これから1年間、よろしくお願いします。

### 白鳥環境愛護委員長 2年A組 伊藤 大智さん

自分は委員長として、他のみんなに尊敬される人になりたいです。また、白鳥についてみんなに知ってもらえるように、みんなが協力できるように、白鳥をお題としたイベントを開きたいです。そして、みんなが白鳥がいることを自慢に思えるように努力していきたいです。風輝祭では、やれることを委員会の人々と共に頑張ります。また、みんなが反省のない仕事をこなせるように、初めてやる人でも問題なくできるように、今までの経験を活かして楽しい委員会を作れば良いと思っています。

### 選挙管理委員長 2年A組 坂井 昊生さん

僕が委員長として頑張りたいことは、公正・公平な選挙をすることはもちろん、生徒一人一人が選挙に関心をもつような環境づくりを頑張っていきたいです。そのために、一人一人の投票に対する意識を改め、自分たちの選択が今後の学校生活に大きく関わることを認識してもらい、真剣に投票してもらえるように説明したいです。委員会としては、短い期間しか働かないですが、しっかりとまとめあげ、委員長として精一杯引っ張っていきたくたいです。

## 国際ソロプチミスト贈呈式で助成金をお預かりしました!!

1月20日、国際ソロプチミスト新潟から3名の皆様をお迎えし、生徒会三役引継式および贈呈式が行われました。玉木生徒会長の生徒会活動報告の後、現三役から新三役に国際ソロプチミストの皆様より贈呈されたピンバッジが引き継がれました。国際ソロプチミスト新潟副会長の小島様からは、「今日はとても楽しみにしてきました。私たちは20年以上、赤塚中学校と関わってきていますが、生徒の皆さんがとても素晴らしい。この贈呈式にうかがうと、素晴らしい若者がたくさんいることが感じられます。また、助成金を佐潟公園の美化や学校の緑化に役立てていただき、ありがたく思っています」とのご挨拶と助成金の贈呈をいただきました。助成金は、来年度の第1回佐潟クリーン作戦で校内緑化のための花の苗の購入、第2回佐潟クリーン作戦で佐潟公園の花壇に植えるチューリップの球根の購入など、有効に使わせていただきます。



小島副会長様から助成金を受ける

## 1年生「生命の授業」～命の大切さを考えました～

1月17日、1年生の総合的な学習の時間に、新潟大学医歯学総合病院の助産師 森山 幸枝 様、西区役所健康福祉課の保健師 笹岡 様を講師にお招きし、「生命の授業」を実施しました。講師の先生からは、生命の始まりと誕生について、たくさんの写真や動画を見ながらお話していただきました。

また、妊婦体験用のジャケットを着用して歩いたり、かがんだりしながら、妊婦さんの大変さも体験させていただきました。ジャケットを着用した生徒は、「重くて動きづらいです」などと感想を述べていました。講師の先生から、「この格好で横になったり、起きたりしなきゃダメなんだよ」との言葉を掛けられると、「お母さんは大変な思いをして、自分を生んでくれたんだ」という気持ちが高まっていたようです。

併せて、赤ちゃん人形を使って、首の座らない赤ちゃんを抱っこする体験もさせていただきました。生徒たちは、本当の赤ちゃんを抱っこするように、やさしく抱いていました。



## 学校運営協議会委員のご協力で面接練習を実施しました

1月14日に、学校運営協議会委員の皆様から面接官としてご協力をいただき、私立高校入試を控えた3年生に面接練習を実施しました。練習に参加した生徒は、これまでの授業で面接に臨む際の所作や想定される質問に対する回答を練習していたこともあり、落ち着いて「志望動機」や「進学後に頑張りたいこと」、「中学校で力を入れたこと」や「印象に残っていること」、「自分の長所や短所」について答えることができていました。面接官をしていただいた方々からは、「緊張してはいたけど、みんな頑張ってくれた」との感想をいただきました。

面接練習は、1月31日にも予定されています。



真剣な態度で面接練習する生徒

## 『蜂巢花』(学校だより) イメージ・キャラクター誕生!!

2年B組の原田桃響さんが、学校だより『蜂巢花(はちすはな)』のイメージ・キャラクターを考案してくれました。

キャラクターのネーミングは、“あかな”と“コハク”です。“コハク”がつけている髪飾りは、ハクチョウゲというお花です。これから、季節にちなんだ挿し絵を掲載していきます。お楽しみに!



## 技術科の非常勤講師として 百瀬 洋 先生が着任しました

2月末まで、1年生の技術を担当します百瀬 洋 先生です。3年ほど前に、この赤塚中学校で授業をしていましたので、皆さんのお兄さんやお姉さんで授業を教えてもらったという人もいるかもしれません。

わずかな期間となりますが、見かけたらあいさつしてくれると嬉しいです。よろしくお願いします。

## 2月の主な予定

2/4 (火)	フッ素洗口 質問教室 公立WEB締切	2/18 (火)	生徒朝会
6 (木)	Ⅳ期テスト ALT ｽｰﾙｶﾞﾗｰ来校日	20 (木)	ALT
7 (金)	Ⅳ期テスト	23 (日)	天皇誕生日
10 (月)	全校朝会 公立特色化選抜面接日	24 (月)	振替休日
11 (火)	建国記念の日	25 (火)	フッ素洗口 同窓会入会式
12 (水)	2月私立入試	26 (水)	全校式練習・式歌練習 3年式練習
13 (木)	第4回学校運営協議会	27 (木)	全校式練習・式歌練習 3年式予行
17 (月)	公立一般選拔出願(～19日)	28 (金)	全校式練習・式歌練習

