教育目標　「明るく」「賢く」「強く」「やりぬく」

花巣蜂

はちすはな

令和８年１０月３０日　第７号

新潟市立赤塚中学校
全校生徒158名　男子73名　女子85名
TEL 025-239-2029　FAX 025-239-3313
E-mail　j703akatsuka@city-niigata.ed.jp

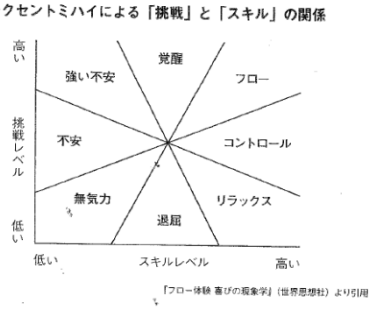
『フロー概念』（ミハイ・チクセントミハイ）



人が持てる力を最大限に発揮し、充実感を覚えるときというのは、どのような状況でしょう。アメリカの心理学者ミハイ・チクセントミハイは、アーティストやミュージシャン、スポーツ選手、ビジネスリーダーなどにインタビューをしました。その中にソニー創業者の井深大さんも含まれます。このインタビューの結果、共通点が明らかになりました。これらの専門家の分野は違いますが、最高潮に仕事に「ノッテいる」状態を表現するとき、「フロー」という言葉を用いていたのです。そして、チクセントミハイは課題の難易度と技量が高度に釣り合った状態でおとずれる没入状態を「フロー概念」として、次のように整理しました。

① 常にやるべきことがはっきりしている　（明確な目標がある）
② どの程度うまくやれているか自覚している　（即座のフィードバックがある）
③ 能力に見合ったチャレンジをしている　（挑戦と能力が釣り合っている）
④ 完全にやっていることに集中している　（行為と意識が融合する）
⑤ 気を散らすものが意識から締め出されている　（完全に没頭している）
⑥ 没頭と能力の釣り合いで失敗への不安を感じない　（失敗の不安がない）
⑦ 他の人の評価を気にしたり、心配したりしない　（自意識が消失する）
⑧ 時間が経つのを忘れる。又は、一瞬が引き延ばされて感じる　（時間間隔が歪む）
⑨ フロー体験の充足感のために楽しむようになる　（活動が自己目的的になる）

特に③について、チクセントミハイは下のチャートを使って説明しています。フローに入るためには、挑戦とスキルのレベルが高い水準で釣り合わなければなりません。高いスキルを持った人が、見合ったレベルの課題に挑戦し、集中が持続できるなどの条件が揃ったときに初めて、フロー状態に入ることができます。しかし、時間の経過にともなって挑戦とスキルのレベルの関係は変わっていきます。最初は「強い不安」のゾーンであっても、やり続けているうちにスキルのレベルが上がり、「覚醒」を経て、「フロー」のゾーンに入っていくことが起こるのです。



チクセントミハイは、「幸福な人生とはどのようなものだろうか？」という問題意識を持ち、「フローの概念」に行き着きました。つまり、「フローの状態」が幸福の条件とも言えます。しかし、多くの人は「無気力」のゾーンで生きているようです。幸福な人生を送るために「フロー」のゾーンを目指すとき、スキルと挑戦のレベルを一気に高めることはできません。まず挑戦のレベルを上げ、タスクに取り組むことでスキルのレベルを上げていくしかありません。すると、「フロー」に至るには、「不安」や「強い不安」のゾーンを通過しなければならないことになります。もし、生徒の皆さんの中に、入試や新しい挑戦に向けて、強い不安を感じている人がいたら、幸福な人生を送るための通過点と考えてみませんか。

参考・引用：「武器になる哲学　人生を生き抜くための哲学・思想のキーコンセプト 50」山口周著（KADOKAWA）

合唱祭～響かせよう☆心のハーモニー♪～

１０月２３日（金）に、多くの保護者・地域の皆様の参観をいただき、令和８年度赤塚中学校合唱祭が開催されました。実行委員長の３年Ａ組〇〇〇〇さん、副実行委員長の３年Ａ組〇〇　〇さんを中心に、スローガン『響かせよう☆心のハーモニー♪』のもと、各クラスとも練習の成果を発揮し、すばらしい合唱を披露しました。それぞれの学年・クラスの良さを感じることのできる合唱祭となりました。ご来場いただきました保護者・地域の皆様、たいへんありがとうございました。



「開会の言葉」　合唱祭　実行委員長　３年Ａ組　〇〇　〇〇　さん

今日は待ちに待った合唱祭です。今日のために私たち生徒は協力して毎日全力で練習してきました。何度も高い壁にぶつかることがありましたが、そんな時こそ団結することを忘れずに高い壁を壊し、乗り越えてきました。

保護者や地域のみなさん、今日はご多用のところ、赤塚中学校合唱祭にご来場いただき、ありがとうございます。積み重ねた努力、成長した姿をどうぞ、ご覧ください。





３年Ａ組



合唱祭　副実行委員長　３年Ａ組　〇〇　〇　さん

はじめに、今日までたくさんご指導してくださった先生方、ありがとうございました。そして、全校のみなさん、お疲れさまでした。

私は、合唱祭を通して、合唱の難しさと、それを超える楽しさを知ることができました。合唱だからこそ生まれる壁も、みんなで作る合唱だから超えることができました。３年生徒の練習を振り返ると、楽しいことばかりではなかったけど、全部が思い出です。お忙しい中お越しいただいた保護者の皆様、ありがとうございました。

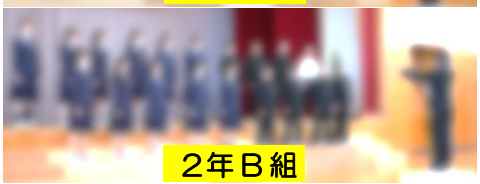
最後に、『３Ａ 起立　せーの！　「〇先生、〇〇先生、〇〇先生、ありがとう」』こんな素敵な合唱祭にできたのは、皆さんの協力のおかげです。ありがとうございました。



２年生学年合唱



２年Ａ組



２年Ｂ組



２年生合唱祭　実行委員　２年Ｂ組　〇〇　〇〇　さん

中学校生活２回目の合唱祭を終えて、改めて合唱の楽しさやみんなで一つのものをつくりあげることの大切さを感じました。最初は思うように歌がそろわず不安になることもありました。しかし、毎日の練習を重ね、お互いに声を合わせながら、少しずつ一つ一つの合唱をつくり上げることができました。

今日の合唱祭では、これまで積み重ねてきた努力を歌声にのせることができたと思います。この経験をこれからの学校生活に生かしていきたいと思います。

２年生、最後に言うことがあります。ありがとう!!


１年生学年合唱


１年Ａ組


１年Ｂ組



１年生合唱祭　実行委員　１年Ｂ組　〇〇　〇〇　さん

私たち１年生にとって、初めての合唱祭で、練習の時と比べて上手に歌えてとてもよかったです。本番は、とても緊張したけれど、みんなで協力して練習してきたおかげで、今までで１番きれいな合唱ができました。

２、３年生の歌声は迫力があり、さすがだなと思いました。来年や再来年は自分たちもあんな風に合唱ができたらいいなと思いました。ありがとうございました。

「手話落語の会 in 赤塚中学校」で楽しいひと時を過ごしました



１０月６日（火）、赤塚地区青少年育成協議会、西地区公民館との共催事業として、手話落語家の 林家とんでん平 師匠 をお招きし、標記の落語会を赤塚中学校体育館で開催いたしました。

古典落語から「味噌豆」と「初天神」を手話つきの落語で聞き、大笑いしました。また、小噺のコーナーでは、各学年の代表生徒が登壇し、師匠と掛け合いを行うなど、体育館中が爆笑の渦に包まれました。そして、師匠が落語家を目指してリヤカーで上京したことなどもお聞きし、夢を叶えることの難しさと尊さも学ぶことができました。

前期の振り返りと後期の抱負！

１０月は、学校生活の折り返しとなります。全校で、「キャリア・ノート」をもとに、学年初めに書いた「目標」と「そのために取り組みたいこと」について、学習面・生活面・家庭や地域での取組を振り返り、後期に向けて挑戦したり、行動したりしてみたいことを考えました。ご家庭でもご覧いただいたことと思います。また、１０月９日（金）の前期終業式（１名は後期始業式）で、各学年の代表生徒から『前期の振り返りと後期の抱負』を発表してもらいました。前期の反省を後期の学校生活や活動に生かして、「すべての生徒が３年間を楽しく過ごせる学校」を目指していきたいと考えています。

『前期の振り返りと後期の抱負』　１年Ａ組　〇〇　〇〇　さん



僕は前期を振り返って、新しいことがたくさんあったと思いました。

一つ目は、新しいクラスについてです。小学校を卒業して、中学校に入学したとき、クラスに馴染めるか、新しい友達ができるかなど、不安がありました。ですがその緊張を押しのけ、新しいクラスのみんなに挨拶しました。そうしたらみんな笑顔で挨拶してくれました。このおかげで僕は仲の良い友達ができ、クラスにも馴染むことができたのです。

二つ目は、新しい勉強についてです。中学校に入って小学校とは比べられないほど難しくなり、テストでも小学校の時よりもいい点を取れなくなりました。その一方で、新しい授業で楽しいこともあります。小学校よりもレベルアップした内容になり、国語では物語文や説明文の他に文法が増えました。数学はプラスの数の他にマイナスの数が出てきたり、文字を使った式が出てきたりしました。中学校の勉強は難しいこともあるけど楽しいこともあることがわかりました。

『前期の振り返りと後期の抱負』　２年Ｂ組　〇〇　〇〇　さん



私がこの前期に頑張ったことは、学習と風輝祭です。

まず、学習では、テストに向けて明確な目標点を決めて、学習に取り組みました。一年生の時は、計画を立ててもそれ通りにいかないことがあり、目標点に届かないこともありました。今年はその反省を生かして見通しをもって学習に取り組むことができました。そのおかげで、Ⅰ期テストでは目標点に近づくことができました。後期も見通しをもって学習に取り組んでいきたいと思います。

次に風輝祭についてです。私は生徒会役員として様々な経験をすることができました。特に、開閉会式の司会など、人前に立つ場面が多くありました。全体を動かす大変さを実感しました。悪天候によって予定が大きく変わった時に、自分は言われた通りにしか動くことができなかったけれど、先輩方が素早く対応していました。私もこれからは、突然の事態でも臨機応変に対応できるようになりたいと思いました。また、私は幹部として、みんなが楽しく風輝祭に参加できる雰囲気づくりを心がけました。学年種目も応援も、自分たちから盛り上がって楽しんでいる人がいて、とても嬉しかったです。これからも楽しい雰囲気づくりを心がけて残り半分の中学校生活を充実させていきたいと思います。

『前期の振り返りと後期の抱負』　３年Ａ組　〇〇　〇〇　さん



４月から半年がたちました。私個人とクラスの成長について振り返りたいと思います。

私個人の成長は、風輝祭の道具係長に挑戦できたことです。初めは、係をまとめる立場として、周囲の状況を見ながら声をかけたり、行動したりすることの難しさを感じました。係の１、２年生に作り方を説明する中で、わかりにくい部分もあったと思います。でも、積極的に質問をしてくれたことに嬉しさを感じました。併せて、理解しようとする姿勢を見せてくれて、とても助かりました。道具係の１、２年生には感謝の気持ちでいっぱいです。私はこの活動を通して、周囲を見ることだけでなく、行動に移す力がついたと思います。今まで、このような役割に就くのを苦手としていたのですが、今回の経験で得るものがたくさんありました。これからも責任のある役割に積極的に挑戦したいです。

そしてクラスの成長は風輝祭にあったと思います。チームリーダーや応援団長を中心に、仲間と協力し合いながらダンス練習から学年種目練習まで、常に本気で取り組みました。その結果、仲間とつながる力や団結力がさらに高まりました。雨天というあいにくな天候で始まった風輝祭でしたが、最後には中学校生活で一番の思い出に残る最高の一日になったと思います。

私はこれらの経験を踏まえて、積極性や行動力をより高めると共に仲間と繋がる力をさらに伸ばしていきたいです。そのために、後期に開催される合唱祭では、パートリーダーという立場として、みんなの意見を聞きながら自ら積極的に行動して、全員が楽しめる合唱祭ができるように努めたいです。そして、卒業まであと半年、仲間と助け合いながらよりよい学年を作る一員として力を尽くしていきたいです。

１１月の主な予定

11/2（月）	Ⅱ期テスト（2日目）　避難訓練　生活学習意識調査（～16日）	11/17（火）	教育相談アンケート　進路説明会（3年生）　ｱﾌﾀｰｽｸｰﾙ（数）
3（火）	文化の日	18（水）	ｽｸｰﾙｶｳﾝｾﾗｰ来校日　ALT
4（水）	生徒朝会（公示）　専門委員会　短縮時程	20（金）	立会演説会・投票　部休日
5（木）	一斉研につき３限授業	23（月）	勤労感謝の日
6（金）	保小中秋季研修会授業参観・講演会	25（水）	短縮時程　教育相談①　ALT
10（火）	生徒朝会	26（木）	短縮時程　キャリア啓発事業講演会（２年生）　教育相談②
11（火）	ALT	27（金）	短縮時程　教育相談③
13（金）	ｱﾌﾀｰｽｸｰﾙ（英）	30（月）	短縮時程　教育相談④
14（土）	３年生実力テスト		



