



教育目標：自立 敬愛 精励
ようがの学び舎 舎訓 責任 信頼 誇り



用賀中だより

～生徒が主人公である学校、地域と共に歩む学校～

学校だより1月号 令和8年1月吉日
ようがの学び舎 世田谷区立用賀中学校

校長 毛利 慎 治

(スマホでも読みやすくなるようレイアウトを試行しています)

(別刷)

きまり検討委員会

用賀中学校では、今年度「生徒が主人公である学校」「地域と共に歩む学校」を目指す学校像とし、生活のきまりを生徒自身が考える取り組みを進めてきました。その中心となったのが「きまり検討委員会」です。これまでの学校生活では、決められたきまりを守ることが当たり前でしたが、これからは自分たちで考え、よりよい学校生活をつくることを大切にしています。

委員会には、生徒会役員や代表委員に加え、教職員、そして地域の方にもアドバイザーとして参加していただき、幅広い視点で話し合いを重ねてきました。

最終回となる第4回の委員会では、「服装」と「iPadの使い方」という二つのテーマについて議論しました。まず、寒い季節に合わせてセーターを着てもよいかどうかというテーマではアンケート結果や意見交換をもとに、**1月からセーターを一番上に着用しての登下校を認めることが決まりました。**

ただし、式典のある週は服装のきちんと感を大切にするため、ブレザーなど上着の着用を必須とします。また、半袖シャツを持っていない生徒への配慮から、ポロシャツの上にセーターを着ることも認めることになりました。

生徒会では制服の着用ルールをまとめたプリントを作成し、始業式で決定報告をし、各教室で周知しました。

次に、iPadの使い方については、授業や学習に役立つ一方で、YouTubeやゲームなどの不適切な利用が課題となっています。今回は結論が出ず、現行のルールである「先生の許可があるときのみ使用可」を維持しながら、生徒会

でさらに検討を続けることになりました。

委員会の最後には、地域のアドバイザーの方から「生徒が主体的に議論する姿勢がすばらしい」「自治的な取り組みをぜひ続けてほしい」という温かい言葉をいただきました。校長先生からも「自由と責任のバランスを大切にしながら、今後のルールづくりに期待しています」というコメントがありました。

今年度の委員会はこれで終了しますが、自由と責任のバランスを考えながら、よりよい学校生活を自分たちでつくる取り組みは続いていきます。生徒会からの報告や職員会議、地域連絡を通じて、決定事項をしっかりと共有していきます。

最後に、生徒が自分たちで考え、話し合い、決める姿はとても頼もしいことです。これからも“生徒が主人公”の学校づくりを進めていきましょう。

令和7年度
用賀中のきまり検討委員会

1. 主催
用賀中のきまり検討委員会
2. 目的
生徒一人ひとりが安心して生活できる学校づくりのため、校則のあり方について多角的に見直し、より実情に即した内容とすることを目的とする。
3. 実施日程
令和7年度は下記の4回実施予定とする。
第1回 令和7年9月29日(月)
第2回 令和7年10月10日(金)
第3回 令和7年11月25日(火)
第4回 令和7年12月19日(金)




学校保健委員会を開催しました

令和8年1月15日（木）用賀中学校にて、令和7年度の学校保健委員会を行いました。

委員会には、内科校医の**高橋 樹**先生、眼科校医の**羽飼 眞**先生、学校歯科医の**高橋 泰樹**先生、学校薬剤師の**赤川るみ子**先生にご参加いただき、校内の関係職員および管理職とともに、生徒の健康を守るための現状共有と今後の方針について意見交換を行いました。

はじめに、「学校に登校するなどして自立的に学び、仲間や家族とかかわり合いながら過ごす日常こそが健康の土台」であることを確認し、規則正しい生活リズム、友人や教員、家族との関わり、授業・運動・食事のバランスが心身の成長を支えると位置づけました。

今年度の健康診断では、欠席者への個別案内を継続しつつ、受診は概ね順調であると報告されました。内科では甲状腺や胸部等所見に基づく受診勧奨を実施しました。視力は学年が上がるにつれて左右Aの割合が低下し、矯正視力でこれ以外の生徒には受診勧奨を配布しています。耳鼻科は鼻炎・扁桃などの重複所見がありつつ、該当する生徒には受診を勧めています。歯科では未処置歯が少なく全体に良好でした。保健室来室は、運動会期に外傷が増える傾向があり、感染症は1・2学期にインフルエンザAが中心、1月はB型の報告が増えました。学校環境検査では照度は概ね良好な一方、換気は構造と人数密度の面で課題があり、休み時間ごとの対角線換気を徹底する方針です。

体育科からは、体力調査を5～6月に実施していること、熱中症配慮のため長距離走はこの時期には行わず、1月にしていることを共有しました。結果として、投力と瞬発力（立ち幅跳び・ボール投げ）が全国平均と比較するとやや下回る傾向が見られ、**ラケット競技やボール運動の充実、筋力・握力の底上げ**に取り組んでいます。授業は学年横断で「楽しい」とする生徒が9割近いものの、技能差が大きく、グループ編成やiPadを用いた言語化の工夫で全員が参加できる授業づくりに取り組んでいます。生活習慣では、運動時間は全学年で「週420分以上」を概ね達成する一方、**睡眠は学年が上がるほど短くなり**、特に3年生で8時間以上の割合が低下しました。視力は全国的動向と同様に1.0未満の増加がみられ、**端末の長時間利用**が一因と認識されています。

医療関係者からは、**十分な睡眠確保、食事は15～20分かけてよく噛むこと、端末使用時の姿勢（前屈による気道狭窄の可能性への配慮）と鼻呼吸の習慣化、基本的な感染症予防（手洗い・うがい・必要な予防接種）、そして寒冷期でも意識的に換気することなど**、日常で実践しやすい助言をいただきました。

生徒からの質問では感染症対策や視力について関心が高く、学校として指導・周知を継続します。

給食では、生徒が毎日おいしく食べられるようにすると同時に、食への関心を高める取り組みを行っています。月に1回の「**有機米給食**」や、**学び舎で全国の郷土料理を紹介、修学旅行や移動教室で訪れた地域の名物も献立に取り入れています**。栄養バランスに配慮しながら、**食を楽しみ、学べる給食づくり**を大切にしています。

また、**視力と近視の講話**では、近視は眼球が後方に伸びて焦点が網膜の前に結ぶ状態で、**一度進んだ近視は元に戻らないこと、遠くを見ることは目の調節を休ませる助けにはなるが視力を回復させるものではないこと**を確認しました。**屋外活動を1日2時間確保**することの予防効果が強調され、睡眠の質確保の観点から就寝前の端末使用を控える重要性が共有されました。

あわせて、「**1日3時間以上のスマホ使用は学力低下と関連**」との研究紹介があり、**家庭でも使用時間は3時間以内を目安に、学校と連携して取り組みます**。

今後の具体的な行動として、**受診が必要な生徒への勧奨**を継続し、視力左右A以外の生徒への受診勧奨も丁寧にフォローします。教室では**対角線換気の声かけ**と**端末使用時の姿勢指導**を日常化し、**手洗い・うがい・睡眠・栄養・鼻呼吸・口腔清掃**の大切さを生徒向けに繰り返し伝えます。

保健だよりや学校配信では、**屋外活動の推奨とスマホは1日3時間以内**の目安、**歯科受診は3～4か月に1回をおすすめし、フッ素活用と正しいブラッシングの重要性も周知**します。感染状況の情報連携を続け、**学級閉鎖の抑制**に努めます。

学校と家庭が同じ方向を向き、**生活・学習・運動・食事という日常のリズム**を大切にすることが、子どもたちの健康と学びを確かなものにします。引き続き、ご理解とご協力をお願いいたします。