



# 五中だより

自分には  
何ができるか

第5号(9月号)  
令和8年9月15日(火)  
調布市立第五中学校  
校長 中谷 愛

## 校長先生のお話

### 【 夏休みを振り返って 】

夏休みについては、1学期末に

- 1 部活動や好きなことへ打ち込む
- 2 「毎日の積み重ね」で少しずつ力をつける
- 3 「何もしない時間」も作り、休養する

この三つを伝えました。皆さんは、これらのことができた夏休みになったでしょうか。

部活動や好きなことへ打ち込むことについては、五中生は今年も市内から東京都、関東の大会、全国のコンクール、海外でのスポーツ体験やホームステイなどで活動し、充実した様子が多方面から寄せられた夏となりました。また、ご家族と出かけて日頃できないことを経験した方もいるでしょう。

少しずつ力をつけることについては、日々の練習や学習などの積み重ねで、自分の成長に達成感を得た方や周りから評価された方も多いと思います。一方で、頑張ったものの、後もう少しといった結果で悔しさをかみしめたこともあったでしょう。その経験もまた、皆さんにとってかけがえない人生の瞬間です。より高みを目指す自分をいたわってください。

休養することについては、頑張りが過ぎて、もしくは悩んだりして、自分の健康や安全を維持する力が低下しないようにという願いをこめてお伝えしましたが、いかがだったでしょうか。学校生活が始まる今も、リズムを少しずつ取り戻すつもりで取り組んでください。

さて、今日から学校が再開します。私は、皆さんが五中で学べて日本一幸せだった！と思える学校にしたいと思っています。それは、ここに温かく見守ってくださる地域の方々がいっぱい、その中でしっかり成長できるこの五中で、生徒の皆さん自身がそう思うことに加え、共に過ごす仲間や先生方、スタッフの方々と同じように共感しあえる結び方をしてもらいたい、と考えています。

ヒントにしたい事の一つを紹介します。  
私は前の職場でラグビーに係る仕事をしていたのですが、このスポーツが大切にしている5つの価値観です。



それは、人間関係の形成に資する、品位、情熱、結束、規律、尊重です。

品位 (Integrity) : 誰が見ていなくても正しく行動し、誠実さとフェアプレーを大切にすること

情熱 (Passion) : 「好き」という気持ちや熱意をもち、全力で取り組み続けること

結束 (Solidarity) : 仲間と支え合い、強い絆やチームワークを築いて一緒に前へ進むこと

規律 (Discipline) : ルールや約束を守り、フィールドの内外で自らを正しくコントロールすること

尊重 (Respect) : チームメイト、対戦相手、レフリーなど、関わるすべての人や自分自身を大切に  
する姿勢



(日本ラグビーフットボール協会)

元々はラグビーについての話なのですが、一つのスポーツの取り組み方に限定されるものではなく、私たちの学校生活全般にわたっても、様々取り組む際にたいへん参考になる内容だと思っています。特に、規律については、各自が守ることで、みんなにとって安心・安全な環境がつけられ、全員のフェアプレーを引き出し、それぞれの力を発揮し、伸ばせることにつながります。そして、それが結果として、一人一人の居心地や満足感を高めていきます。

どのようなクラス、学年を作っていくか、それは皆さん自身が主役となって工夫をしていくことで、集団の雰囲気や醸成されていくものです。

二学期も、なりたい理想をしっかりともちながら、全員が成長することを期待しています。

1 年

## 留学生が先生

9月4日(金)



1年生は、総合的な学習の時間を使って、『留学生が先生』の授業を行いました。各クラスに留学生を招き、母国の人々の生活や文化、留学の動機、将来の夢などを伺いました。世界の人々の生活を知ることを通して、多様性や異文化を理解し、国際的な視野を身に付ける貴重な経験となりました。



事務室の

### 《1学年 教材費の引落しについて》

9月7日(月)に第4回目の引落しを行いました。引落しができなかった方は9月24日(木)に再引落しがあります。該当の方は9月18日(金)までに、登録したうち口座の残金をご確認ください。

### □■ 9月の指導の重点 ■□

基本的な生活習慣を取り戻し、秩序ある学校を目指す

- 1 二学期の課題を明確にもち、規則正しい学校生活を心がける。
- 2 挨拶の励行を通して、気持ちよい学校生活を過ごす。
- 3 夏休みに取り組んだ「学習」「スポーツ」の成果を発揮する。

## 五中生の活躍 夏休みからの部活動報告

引退した3年生の皆さんおつかれさまでした！

**野球部** 部員数は、9ブロックでもっとも多い33名で活動しています。夏の多摩大会予選では優勝を果たし、第77回多摩地区野球大会に出場しました。夏以降は新チームとなり、9ブロック優勝を目標に、日々練習に励んでいます。

**サッカー部** 昨年都大会に出場した先輩方を目標に、今年も頑張りました。新チームになり、たくさんのチームと練習試合を行いました。新人大会も頑張ります！

**男子ソフトテニス部** 8月末の夏季研修大会、秋の新人大会を目指して、朝7時30分から練習してきました。猛暑の中、短い時間で集中して努力した分、上達してきたことを実感しています。新人大会でベストを尽くせるよう練習を重ねます。

**女子ソフトテニス部** 3年生は個人・団体それぞれで都大会に出場しました。8月末の夏季研修大会では1年生は初めての試合に臨み、2年生はベスト8までいき、奮闘しました。秋の大会でも上を目指して頑張ります。

**女子バレーボール部** 夏季の交流大会で自分達の実力を把握し、その後の練習では体力づくりや基礎練習を一生懸命に取り組みました。公式戦を意識する中でチームとして目指す形が見えてきたので、プレーも生活も日々精進していきます。

**男子バレーボール部** 夏休みは、京王アリーナで交流大会を行いました。試合を通して、日頃の練習の成果を試すとともに、新たな課題を見つけることができました。一生懸命練習に取り組み、新人大会に向けてチーム一丸となって頑張っています。

**陸上競技部** 大会で長距離、短距離、フィールド種目等で自己ベストを更新する選手や入賞する選手も多くいました。特に、1年男子1500mで1位、共通男子リレーでは都大会で4位と競技レベルが上がっています。引き続き、目標を決めて、努力を重ねていきます。

**男子バスケットボール部** 新チームになったため、夏休みは体力づくりと基礎練習によく励みました。9月からの市内大会や新人戦に向け、自分たちのプレーができるよう頑張っています。

**女子バスケットボール部** ほとんどの部員が初心者なので夏休みは体力づくりと基礎練習を主に、よく頑張っていました。公式戦でまずは一勝することを目指して、日々努力を重ねています。

**卓球部** 女子団体で都大会2位、関東大会に出場。関東大会で2勝しましたが全国代表決定戦で敗退。多摩大会で女子団体優勝。新チームではニッタク杯、ピクタス杯等の団体戦で男女ベスト8入賞。同じ大会で1年生が主に出場するBグループ戦で女子団体2位。3年生が味わった悔しさを超えることを目指して、新チームも頑張っています。

**バドミントン部** 夏休みは、9月の市民大会や10月の新人戦に向け1・2年生で試合形式の練習を中心に練習をしました。2年生は上級生として行動で1年生に「先輩」としての姿を示せるように練習を頑張っていました。

**吹奏楽部** 夏の吹奏楽コンクールでは「ゴールド金賞」という結果を残すことができました。昨年度の振り返りを生かしながら日々話し合いや練習方法の改善を積み重ね、吹奏楽部として大きく成長した夏になりました。9月からは新体制になり、12月のクリスマスコンサートに向けて練習に励んでいます！

**美術部** 夏休みは活動しませんでした。9月からは、10月上旬に行われる校内展示、10月31日～11月8日に開催される西部公民館文化祭参加のために作品制作を頑張っています。

**理科報道部** 3年生が引退し、9月から新体制となりました。1・2年生合同の班を作り、授業では行わないような実験を自分達で調べて行ったり、3月の学習成果発表会に向けて各班でテーマを決めて実験し、まとめたりする予定です。

**ハンドメイキング部** 9月から新体制になりました。1学期は今年度から始まった課題製作の刺繍を中心に取り組みました。また、自由製作では、図書室から借りたハンドメイドの本を参考に、毛糸作品やフェルト作品などを製作しています。学習成果発表会では、作品展示をする予定です。

**英語部** 9月から、2年生主体の新体制になります。2学期も、英語に慣れ親しむため、毎月ALTの先生と活動します。単語を使ったゲームや、英語を書く活動、発話することを楽しんでいます。

**ボランティアダンス部** 夏休みは地域のお祭りでダンスの公演やハンドマッサージをし、たくさんの方々に喜んでいただきました。9月の多摩川小祭り、富士見台小祭り、10月のちゅうふ彩祭と西部ふれあいの集いに向けて、部員一丸となって練習に励んでいます。

## CS 通信 8月28日(金)に第4回学校運営協議会を開催しました。

今回は、夏季休業中の開催ということで、教員が会議に参加し、協議会委員と情報交換を行いました。各学年主任からは学年の取り組みや1学期の様子について、主幹教諭からは分掌主任としての役割や仕事内容、特別支援の取り組みについて、養護教諭からは保健室利用の様子について報告がありました。委員の皆様は、普段あまり知ることのない授業以外の学校の仕事内容に、改めて高い関心を示されていました。その後は、夏休み中の学校の取り組みを取り上げました。8月15日(土)から23日(日)にかけて行われた調布市中学生海外体験学習事業に同行した中谷校長からは、参加した生徒達にとって貴重な学びや体験の機会となったとの報告がありました。また、地域学校協働本部が行った夏期学習教室と夏休み特別講座も、参加多数で盛況だったと報告されました。



### 〈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.io/chofu5/>