



校 訓 「健康にして徳性高き人」

学校教育目標 「豊かな心と志を持ち主体的に学ぶ生徒の育成」

【令和8年度学校スローガン】

挑戦をはじめた瞬間から可能性は0じゃなくなる。

第3号 令和8年4月17日 文 責：校長



令和8年度がはじまり、はやくも1週間が経ちました。各学級では学級委員をはじめ、各専門部の係決めも終わり、本格的に令和8年度が動きだしました。一昨日は歓迎遠足でしたが、あいにくの雨で校内での歓迎行事といたしました。生徒たちは生徒会が企画したゲームで楽しんでいました。各ご家庭におかれましては、お忙しい中にお弁当の準備、ありがとうございました。

【歓迎遠足】※雨天のために校内での歓迎行事としました。

歓迎行事の最初に校長あいさつがありましたので、中学校生活で大切なことを2つの言葉で紹介しました。それは、レジリエンス（心のしなやかさ）を身に付けて、エージェンシー（≒主体性）を大いに発揮して笑顔あふれる学校にしていこうということです。

・レジリエンス (resilience) とは？

心のしなやかさ、心の回復力のことで。レジリエンスが高い人の代表的な特徴は以下のとおりです。

- ・考え方が多様で思考に柔軟性がある
- ・感情をコントロールでき、気持ちの切り替えがうまい
- ・自分にも人にも優しい
- ・周りの人と協力関係を築ける
- ・チャレンジを続ける
- ・楽観的である

・エージェンシー (Agency) とは？

「変化を起こすために、自分で目標を設定し、振り返り、責任をもって行動する能力」のことです。日本語では、主体性という言葉が一番近いです。

学校は生徒たちにとって、「楽じゃないけど楽しいところ」であるべきだと思います。学校生活の中で、人生の中でいろんなことがあります。エージェンシー（主体性）を発揮すること、様々なことを楽観的に捉えながら「笑顔」で周りの人と関わり、協働できる人が求められています。



生徒会役員紹介のようす



生徒会企画のレクリエーション



新入生代表 ■■■■■さんの挨拶

【1学期の学級委員が決まりました。】

13日（月）1学期の学級委員任命式を行いました。各学級の学級委員は右のとおりです。今年度の学校スローガン「挑戦をはじめた瞬間から可能性は0じゃなくなる。」や、生徒会スローガン「笑顔を結ぶ～仲間とともに～」を意識しながら、それぞれの学級をしっかりとめて笑顔あふれる楽しい西中になるように頑張ってもらいたいと思います。

学年	組	男子	女子
1年	1	■■■■■さん	■■■■■さん
	2	■■■■■さん	■■■■■さん
2年	1	■■■■■さん	■■■■■さん
	2	■■■■■さん	■■■■■さん
3年	1	■■■■■さん	■■■■■さん
	2	■■■■■さん	■■■■■さん

**【令和8年度の部活動や地域クラブ活動について】**

南島原市では、今年度、夏の中学校総合体育大会（中総体）終了後、市内全中学校の部活動を廃止して地域展開いたします。本校でも下記の部活動を募集いたしますが、中総体終了後、すべての部活動を廃止いたします。特に1年生にとっては、期間限定での募集となりますことをご理解いただき、部活動の地域展開へのご理解とご協力をお願いいたします。

なお、今年度の南島原市中学校総合体育大会は、6月13日（土）と14日（日）に開催されます。昨年同様、学校行事ではありませんので振替休日はありません。また、今年度はバスでの送迎はありませんので、全競技保護者送迎となります。

また、6月14日（日）は、南島原市の市長選挙及び市議会議員選挙の投開票が予定されています。保護者の皆様方には、ご迷惑をおかけいたしますが、どうぞよろしくお願い致します。

※南島原市の認定地域クラブについては、下のQRコードから、南島原市地域クラブサポートセンター「Link+（リンクプラス）」のホームページをご参照ください。

本校の部活動		活動場所
ソフトテニス（男子）		練習（本校）
ソフトテニス（女子）		練習（本校）
バレーボール女子	布津との合同チーム	練習（本校、布津中）
吹奏楽		練習（本校）
美術		練習（本校）
拠点校部活動	拠点校の範囲	活動場所
バレーボール（男子）	有家中を拠点として、市全体からも募集	練習（有家中）
バスケットボール（男子）	深江中を拠点として、布津、有家、西有家からも募集	練習（深江体育館）
バスケットボール（女子）	本校を拠点として、加津佐、口之津、南有馬、北有馬からも募集	練習（本校体育館）
陸上競技（男女）	本校を拠点として、有家・布津からも募集	練習（本校）

南島原市中学校部活動及び「南島原市地域クラブ活動に関する方針」では、

- ・休養日週あたり**2日以上**の休養日（平日1日、週休日1日以上）

※家庭の日（第3日曜日）を休養日に位置付ける。

- ・活動時間平日**2時間程度**、週休日は**3時間程度**

※地域クラブでは、週当たりの活動時間について、11時間を目安として、**最大15時間以内**としています。

南島原市地域クラブサポートセンター  
「Link+」ホームページ



公益財団法人日本体育協会が平成29年にまとめた「スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動について（文研研究）」では、オーバートレーニングに関する国際的な研究結果において、スポーツ活動が長いほどスポーツ外傷・障害の発生率が高く、特に**週16時間以上**で高くなることが紹介されています。オーバーユース（使いすぎ）、バーンアウト（燃え尽き症候群）、疲労骨折ほかスポーツ障害とならないように、指導者はもちろんですが、スポーツに取り組む生徒自身も理解しておく必要があります。

【今後の主な行事予定】	
4月21日（火）全国学力調査3年（英） 新旧PTA 役員会	5月17日（日）体育大会
23日（木）全国学力（3年国数） 県学力（2年国数）	18日（月）振替休日
28日（火）授業参観・PTA 総会 部活動振興会総会	21日（木）教育相談～29日（金）
30日（木）3年実力テスト	22日（金）避難訓練
5月 7日（木）全国学力（3年英「話すこと」）	26日（火）生徒総会
13日（水）体育大会予行練習	6月 3日（水）市中総体激励会
15日（金）体育大会会場設営	13日（土）市中総体球技・武道・陸上大会
	14日（日）市中総体球技・武道・陸上大会
	18日（木）長崎っ子の心を見つめる教育週間～24日
	19日（金）道徳授業公開・学年PTA