



# 小平二中だより

令和7年度 第13号  
発行 令和8年3月2日  
小平市立小平第二中学校  
校長 吉田 功



## “幸せホルモン”の出る学校に

校長 吉田 功

いよいよ3月になりました。今日は、今年度のまとめと次のステップ<sup>①</sup>に向かう準備の月です。3年生は4日(水)から特別時間割になり、中学校生活の集大成の時期に入ります。

さて、本校では先月6日(金)に研究発表会を行いました。会では70名を超える参加者に2年間の取組について報告でき、汐見稔幸先生の講演は、私たち教員にとってとても参考になるものでした(裏面の岩崎研究主任の記事も御覧ください)。

ところで、今回の研究に取り組む前と取り組んだ後では、全国学力・学習状況調査の達成率が向上しました。また生徒質問紙調査では、全国や都の平均値より上回った項目数の割合が3割程度だったものが、今年度は6割を超えました。とても喜ばしいことです。

しかし、喜んでばかりもいられません。先の調査で全国及び東京都の数値より低かったものに次のような項目がありました(抜粋)。( )内の数字は、本校での否定的な回答の割合です。

- ・自分には、よいところがあると思いますか(15.1%)
- ・友達関係に満足していますか(9.8%)
- ・普段の生活の中で、幸せな気持ちになることはどれくらいありますか(9.8%)
- ・先生はあなたのよいところを認めてくれていると思いますか(9.2%)

これらは、たとえ数値が低くとも看過することはできません。生徒のウェルビーイングを高める学校として、安心感や満足感、充実感などを得られる取組を進める必要があります。

ここでヒントになるのが“幸せホルモン”です。いわゆる“幸せホルモン”にはドーパミン、セロトニン、オキシトシン、 $\beta$ (ベータ)-エンドルフィンの4種類があり、特に前の三つは「三大幸せホルモン」と言うそうです。ドーパミンは、目標を達成した時などに分泌される「報酬系ホルモン」、セロトニンは、精神を安定させ、ストレスを緩和する「心のバランス調整役」、オキシトシンは、他者との交流やスキンシップで分泌される「愛情ホルモン」なのだそうです。これらを増やす生活のコツとしては、スキンシップ・ふれあい、朝日を浴びてリズム運動、腸内環境を整える、感謝の気持ちをもつ、睡眠をしっかり取るのだそうです。もちろん、これらは全て学校でできることではありませんが、“幸せホルモン”に注目し、それを増やせるような取組をこれから模索・実践していきたいと考えています。ぜひ、皆さんで“幸せホルモン”の出る学校について考えていきましょう。



## 校内研究発表会

2月6日(金)に本校にて研究発表会を開催いたしました。当日は多くの教育関係者に加え、地域の皆様にも生徒たちの学びの姿をご覧いただきました。2年間、本校では「生徒の『非認知能力』を高める指導方法の工夫～自分の考えをもち、自分の言葉で表現し、行動にうつす活動を通して～」を主題に掲げ、全教育活動での実践に取り組みました。公開授業では、生徒たちが自らの意見を発表し、仲間の考えを尊重しながら課題解決に挑む姿など、豊かに学習に取り組む様子が見られました。参観いただいた方々からは「生徒の活気ある表情が印象的だった」との温かい励ましをいただきました。研究発表リーフレットを本校 HP に掲載しています。どうぞご覧ください。(研究担当 岩崎 航太)

## 多摩特研劇と音楽の会

2月14日(土)に「劇と音楽の会」が福生市民会館大ホールで行われました。G組生徒たちは、劇「花咲く庭を」を発表しました。今回は、自分たちでどんな衣装がよいか考えたり、小道具を作成したりもしました。本番では今までで一番良い演技ができて、「楽しかった!」という声がたくさん聞けました。努力の先に得られた喜びを忘れないで、これからも様々なことに挑戦してほしいです。(G組主任 峰野 愛子)

## 中学校体験入学

2月4日(水)中学校体験入学を実施しました。二中校区の六小、十三小、十五小の児童(6年生)と先生たちが、5校時は二中の授業を見学し、放課後の時間帯に生徒会役員生徒を中心とした学校紹介を聞き、最後に部活動の見学をしていきました。在校生もかつて見学に来たことを思い出し、自分たちの成長を実感できる良い機会になったことと思います。(教務主任 高寺 徹)

## 【生徒の活躍】

### 【女子バレーボール部】

第10ブロック冬季研修大会 優勝

### 【男子バスケットボール部】

令和7年度第53回東京都多摩地区  
中学校バスケットボール大会 3回戦進出

### 【陸上部】

第46回こだいら市民駅伝大会  
中学生男子の部 小平二中陸上部 A  
(1年、1年、2年、2年) 第2位  
中学生女子の部 小平二中陸上部女子  
(1年、1年、1年、2年) 第2位

### 【女子バスケットボール部】

第46回こだいら市民駅伝大会  
中学生女子の部 第1位 54分31秒  
区間賞(全員2年生)  
1区 13分30秒 2区 13分51秒  
3区 13分39秒 4区 13分29秒

### 【卓球部】

小平市中学校卓球大会  
女子 A グループ 第2位 男子 A グループ 第3位  
男女 B グループ 第2位  
Nittaku Cup 小金井招待卓球大会  
女子団体  
武蔵村山四・町田南・小平二合同チーム 第5位

### 【吹奏楽部】

吹奏楽部第41回定期演奏会  
令和8年3月27日(金) 13:30開場 14:00開演  
場所:ルネこだいら大ホール

### 【美術部】

市内展(1月16日~18日)1年生~3年生の作品87点を出版  
都展(2月14日~19日)上野の都美術館に以下の8名が出版  
<2年 粘土の動物>

<3年 切絵>

### 【サッカー部】

東京都レボリューションリーグ  
VS REGALO(2-4) 負  
VS 清瀬バリアント(3-4) 負

## 【3月の主な行事】

日	曜	行事
2	月	朝礼 都立一次・前期発表日
3	火	安全指導
4	水	避難訓練 専門委員会・中央委員会
5	木	⑥カット 卒業を祝う会・保護者会(G)
7	土	土曜授業日 学校公開日 校内作品展示会始 CS会議
9	月	振替休業日
10	火	生徒会朝礼(TV放送) 学校公開日 校内作品展示会終
11	水	給食試食会・二中カフェ(給食センター)
12	木	⑤⑥笑顔と学びのプロジェクト
13	金	⑤⑥カット(1,2,3) ⑥カット(S) 保護者会(1,2,3,S)
16	月	⑤⑥カット(1,2) 給食終(3)
17	火	卒業式予行 ⑤⑥カット
18	水	⑤カット 卒業式前日準備
19	木	卒業式
20	金	春分の日
23	月	朝礼(TV放送) ⑤⑥カット(1,2)
24	火	大掃除⑥カット 給食終(1,2,G,S)
25	水	修了式・離任式 安全指導
26	木	春季休業日始

授業や学校行事の様子については、学校ホームページの「学校日記」(右側のQRコード)に掲載していますので、ぜひご覧ください。

