上田市立第一中学校　学校だより

さんがい松

文責：津金（教頭）

令和８年(2026年)11月９日　No.７

10月は「後期人権同和教育月間」における校長講話をはじめ、外部講師をお招きした講演会や各種体験学習、進路・生徒会に向けた取り組みなど、生徒一人ひとりが「自分自身や他者との向き合い方」を深く考える充実した１ヶ月となりました。

自ら考え、対話する豊かな学びへ　～人権学習振り返り～

校長講話では、他者の「見えない心の声」をかたちにし、互いに受け止め合う大切さや、周りに流されず「自らの頭で考え対話する力」を育てる重要性が伝えられました。

絵本『わたしのせいじゃない』を用いた人権学習に取り組んだ生徒からは、

「たたいた人だけでなく、見ていた人にも責任がある。ただ見ているだけでなく行動できるようにしたい」。「自分たちがその立場になったとき、本当に『自分のせいです』と言えるのかを考えた。自分事として捉える習慣を身につけたい」。





といった、表面的な理解にとどまらない自分と向き合う声が寄せられました。差別や人権の問題を自分事として捉え、自らの生き方を見つめ直す貴重な機会となりました。互いの言葉に耳を傾け、自ら考え行動できる心豊かな集団を目指し、引き続き指導を深めてまいります。

豊かな人間性を育む～PTA講演会～



10月９日(金)の参観日には、佐久長聖高等学校駅伝部監督の高見澤勝先生をお迎えし、PTA講演会を開催しました。高見澤先生からは、「人間力を向上させるために」というテーマで、「**①考えて生きる　②自分より他者を大切に　③感謝　④言い訳をしない**」の４つの大切なお話を伺いました。講演を聴いた生徒からは、自分たちの日常や行動を振り返る率直な声が多く寄せられました。

「親に車で大会に送ってもらったり、お弁当を作ってもらったりすることを当たり前と思わず、しっかり感謝を伝えたい」。「いつも『でも』や『だって』と言い訳をしてしまうクセがあるので、自分の行動に責任を持っていきたい」。『自分でできることを他人に頼まない』という言葉が心に響いた。支えがあるおかげで生きていることに感謝したい」。

周りの支えに気づき、自らの姿勢を見つめ直そうとする生徒の言葉には、人として大きく成長しようとする頼もしさが感じられます。ご家庭や地域への感謝の気持ちを胸に、自立した行動へとつなげていけるよう、今後も温かく見守り励ましていきたいと思います。

相手の立場に寄り添う体験学習（1 学年）



1 学年では、地域や多様な人々とつながる一日交流学習が行われました。福祉体験学習として、上田支援学校や高齢者福祉施設「神川苑」を訪問した生徒は、みなさんに楽しんでもらえるよう工夫を凝らし、ペットボトル倒しや魚釣りゲーム、風船バレーや折り紙、合唱などを一緒に心から楽しみました。また、社会福祉協議会のご協力のもと実施した「高齢者疑似体験」「アイマスク体験」「車いす体験」では、いつも使い慣れている校舎であっても、立場が変われば「使い勝手や見え方が全く違うこと」を身をもって経験しました。また、国際交流では、中国出身の先生や仲間から文化についてお話を伺いました。日本の文化と中国の文化の違いについて考えを深めたほか、実際に中国茶やナツメグを試してみるなど、五感を通して異文化に親しむ貴重な体験となりました。



志を受け継ぎ、未来を見つめる歩み（2・3 学年）

2 学年は学校を引っ張るリーダーとしての自覚、3 学年は自らの進路・未来に向けた歩みが本格化しています。



次世代リーダーの誕生（2 学年・生徒会役員学年内選挙）

10 月 16 日に行われた学年内選挙では、候補者が堂々と一中を良くするための想いを演説しました。周りの生徒も「任せられる人にしっかり投票したい」「一員としての自覚を持とう」と真剣に受け止め、全校のバトンを引き継ぐ準備を進めています。

未来を描く探究学習（2 学年・修学旅行＆高校調べ）



関西方面への修学旅行に向けたコース提案（プレゼン大会）や高校調べを開始。「事前にお寺の歴史を学び、本物を見たときに感動できるようにしたい」「自分の理想と現実にあう進路を見つけたい」と、楽しみながらも主体的に準備に励んでいます。

未来を創る探究の歩み ～「誰にとってもより良い社会」を目指して～（3 学年）



生徒の視野は、地域社会や身の回りの多様な課題に向かっています。上田の食の魅力発信や食品ロス削減、伝統文化の継承といった地元の課題から、白杖・車イス利用者や校内施設へのバリアフリー視点、多文化共生や幼児向け防災教育の工夫まで多岐にわたります。パソコンや手作り教材を活用して試行錯誤を重ね、課題を「自分事」としてより良い社会を創ろうとする姿はとても頼もしく輝いています。

10 月の各種講演会や交流活動、生徒会での挑戦を通じ、身近な課題を「自分事」として捉え試行錯誤した経験は、生徒の心に確かな成長の足跡を残しました。悩んだプロセスを糧に自らの目標へ挑みつつ、仲間と過ごす一日一日を大切に大きく飛躍していくことを願っています。

学校ホームページ　https://www.ueda.ed.jp/ueda1/