



本校 HP はこちらから



「汗を流して道を拓く」

学校の教育目標 自己実現を目指し、心豊かな人

「自ら学ぶ生徒」「思いやりのある生徒」「心身を鍛える生徒」

西中学校電話番号 43-4611 さわやか相談室 43-0112

「自分に問う」という魔法 - AI時代を生き抜く「思考のワザ」を磨こう -

校長 島方 勝弘

皆さんは、日々の生活の中でどれくらい「自分自身」と会話をしていますか？朝、鏡を見て身だしなみを整えるとき、授業中に「なぜだろう？」と疑問に思うとき、あるいはSNSに何かを書き込もうと指を動かすとき。その一瞬一瞬に、実は人生を大きく変えるチャンスが隠れています。

テレビ番組や多くの著書で知られる明治大学教授の齋藤孝先生は、最新の著書の中で、現代を「知りたいことはスマホですぐに手に入る便利な時代」であるとする一方で、「物事について深く考える機会が少なくなりつつある」と警鐘(けいしょう)をならしています。検索すればすぐに「答え」が見つかる今、私たちは自分で考え、自分に問いかけることを忘れがちです。齋藤先生は、これからの時代に最も必要なのは、単なる知識ではなく「自分に問う力(自問する力)」であると説いています。

齋藤先生が提唱する「自問する力」とは、意識して練習し、習慣化していくべき「思考のワザ」です。それは大きく分けて三つの力に分類されます。

一つ目は、「自考力」です。これは、自分との対話を通じて思考を深める力のことです。齋藤先生は、成功した偉人たちの共通点として「なぜ？」という問いを繰り返す習慣を挙げています。例えば、トヨタ自動車では「なぜ」を5回繰り返すことで問題の本質を探り、パナソニックの創業者・松下幸之助氏も「なぜ？」が口癖だったといえます。勉強や部活動で壁にぶつかったとき、「どうせ無理だ」とあきらめるのではなく、「なぜうまくいかないのか？」「ほかに選択肢はないのか？」と粘り強く自問することで、新しい解決策が見えてくるということです。

二つ目は、「自制力」「自問というブレーキ」「このまま投稿しても大丈夫だろうか？」、あるいは自分の言葉が誰かを傷つけないか「自問フィルター」を通すことで、一時の感情に流されない自分を律する力が身につくということです。

三つ目は、「自整力」です。これは、自分の心と体を健やかに整える力です。齋藤先生は、アップルの創業者スティーブ・ジョブズ氏の習慣を紹介しています。彼は毎朝、鏡の中の自分に向かって、「もし今日が人生最後の日だとしたら、今日やる予定のことは本当にやりたいことだろうか」と問いかけていたそうです。また、サッカー選手の本田圭佑氏が、心の中にいる「リトル・ホンダ」と対話するエピソードも有名です。皆さんも、自分の心の中に「もう一人の自分」を持ち、常に問いかけることで、本来の自分を取り戻し、心を整えることができるようになるということです。

齋藤先生は、「自問は『答えを得る』ことよりむしろ『問うことそのもの』が思考や成長の原動力になる」と述べています。中学生という時期は、勉強や友人関係、将来の進路など、すぐに答えの出ない問いにたくさん出会う時期です。そんなときこそ、スマホで検索して他人の答えを探す前に、まずは自分自身に問いかけてみたらどうかという提案です。

『自ら問う習慣』が自らを成長させる」。この「自問」という魔法を身につけた人は、どんなに想定外のことが起きる時代であっても、自分自身の足で力強く歩いていくことができるでしょう。新学期の始まりにあたり、皆さんが日々の小さな自問を通じて、自分だけの「深い思考」と「しなやかな心」を育てていくことを心から願っています。

令和8年度入学式・始業式



令和8年度、西中学校は、158名の新生が入学し、2・3年生合わせ、517名でのスタートとなります。

新生は一人一人、担任の

先生より呼名され、大きな声で校長先生の目をしっかり見て、返事をする姿が立派でした。島方校長先生の式辞の中に「自分を見つめ、自分の5年後、10年後に思いを馳せながら、将来の自分に恥じない生き方を探してください。自分の心には嘘はつけません。くじけないたくましい心としなやかな感性をこの西中学校で磨いてください。」というお言葉がありました。これからも自分自身を磨き、みんなで西中をよりよい学校にしていきたいと思います。

また、2,3年生の皆さん、入学式の準備や心温まる新生歓迎会を開催していただき、ありがとうございました。

～「1年生仮入部」の様子～ 先輩方の指導!



新1年生を熱心に指導していただいた先輩方、ありがとう!

MyTown 輝き隊、活動開始

毎月、第3金曜日の7:40から8:00活動予定。詳しくは、廊下の掲示をご覧になるか生徒会本部役員までお問い合わせください。

これからも地域に貢献し、地域から頼られる生徒であってほしいです。



～「全国学力・学習状況調査」の様子～「県学調」に向けて!

5月は、「**県学力学習状況調査**」が各学年にて予定されています。

出された課題だけでなく、自ら計画を立て、自分の進路に

向け、日々コツコツと実力を積み重ねていきましょう!!



日	曜	行事等
1	金	金曜③④⑤⑥+引き渡し訓練(5,6h)
2	土	
3	日	憲法記念日
4	月	みどりの日
5	火	こどもの日
6	水	振替休日
7	木	県学調(中2,国・数・英・質) 口座振替日 PTA 総務委員会(16:00~PTA 会議室)
8	金	C日課 県学調(1年,国・数・質) 専門委員会
9	土	
10	日	
11	月	B日課 月曜授業⑤①②③④ クラス討議(1h) 教育実習(~5/29) 県学調(中3,国・数・英・質) 尿1次検査
12	火	木曜3時間授業④⑤⑥ ※帰りの会(11:50~12:00) 給食なし 尿1次検査予備日
13	水	内科・結核検診(5・6h) 通信陸上
14	木	歯科健診(1~4h) 通信陸上予備日
15	金	体育祭予行(5時間授業:1~4h+5h 学年練習,雨天時;金曜通常授業)
16	土	
17	日	
18	月	社行会1年心臓検診(2・3h) B日課
19	火	3学年保護者会(オンライン予定) PTA 総会(紙面)
20	水	内科・結核検診(5・6h) 学総1日目(バド)
21	木	木曜①②+体育祭準備(3h~) ふれあいデー 学総2日目(バド)
22	金	体育祭(開会式 8:40) 給食なし(お弁当) (延期→金曜4時間授業①②③④)
23	土	
24	日	英語検定一次(幸手中会場)
25	月	体育祭予備日①(雨天中止→月曜授業 B日課)
26	火	金曜授業 体育祭予備日②
27	水	内科・結核検診(5・6h)
28	木	学総1日目 給食なし
29	金	学総2日目 給食なし
30	土	
31	日	