



伝統と今を大切に

# 堅川中だより

第11号

令和8年3月2日  
墨田区立堅川中学校  
発行 校長 稲垣 吉実

## 「文武両道 — 伝統と今をつなぎ、新たな希望へ」

校長 稲垣 吉実

早春の光がやわらかく校庭を照らし、今年度の締めくくりを迎える季節となりました。生徒の皆さんが学習や部活動、学校行事を通して着実に成長してきた姿を思い返すと、その努力と変化に深い感動を覚えます。

本校では、学校経営目標として「堅中の伝統と今を大切に、文武両道の精神のもと生徒の希望を叶える学校、社会に貢献できる生徒の育成」を掲げてきました。これは、学びと活動の両面で自分を鍛え、未来を切り拓く力を育む本校の根幹となる理念です。この1年間、皆さんの姿にはまさにこの目標が息づいていたように感じます。

2月には、イタリア北部の都市ミラノとコルティナ・ダンペッツォを舞台に、ミラノ・コルティナ2026冬季オリンピックが2月6日～22日の17日間で行われました。日本の活躍は目覚ましく、金5個、銀7個、銅12個、計24個の冬季五輪過去最多のメダルを取ることができました。世界の最高峰に挑むアスリートたちは、競技の成果だけでなく、努力・準備・仲間との支え合いという、文武両道の本質を私たちに示してくれました。

また大会期間中、日本選手の活躍を支えるために日本スポーツ振興センターはミラノ地区にサポート拠点を設置し、トレーニングやコンディショニング、心理的サポートを含む多面的な支援を行っています。こうした裏側の努力は、普段の学習や部活動と同じく、目に見えない「積み重ね」が大きな力につながることを強く教えてくれます。

本校の伝統は、勉強と運動をどちらも大切にする姿勢、そして互いを高め合う温かな空気によって築かれてきました。今年度の生徒の皆さんも、学びに向かう集中力、部活動で仲間を思いやる姿勢、学校行事での主体性など、時代が変わっても大切にしたい「堅中らしさ」をしっかりと受け継いでくれました。

3年生の皆さんは、これまで培ってきた努力の力を胸に、新しい環境でも自信をもって歩んでください。「文武両道」で得た力は、どんな道へ進んでも必ず自分を支えてくれます。

1・2年生は、次の学年で中心となる立場です。本校の伝統と今を大切にしながら、それぞれの希望に向かって一歩一歩進んでいってください。

春は新しい挑戦が始まる季節です。ミラノの雪原で全力を尽くしたアスリートのように、皆さんも自らの可能性を信じ未来への扉を力強く開いていきましょう。来年度も生徒の皆さんの希望を叶える学校づくりのために、教職員一同で全力を尽くしてまいります。

## 堅中生の活躍紹介

◎美術部

令和7年度「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」

佳作入賞 菅原つむぎ

### 令和7年度墨田区教育委員会表彰

(※文部科学省又はそれに準ずる省庁、東京都教育委員会が主催・後援する関東、全国規模のコンクール等出展し、3位以上又はそれに相当する賞に入賞した生徒対象に、墨田区教育委員会が表彰。)

平田 美晴	(第28回全国小中学校児童・生徒環境絵画コンクール 文部科学大臣賞)	
	(第62回関東地区中学生海の絵画コンクール 金賞)	
市田 夏葉	(	// 銀賞)
伊藤 綾那	(	// 銅賞)
柳川 円	(	// 銅賞)
小早川真央	(	// 銅賞)
金子 瑠莉	(	// 銅賞)
吳 琳萱	(	// 銅賞)

### 3月の予定

1	日	
2	月	朝礼 安全指導
3	火	定例・代表委員会
4	水	三者面談始①(1),(2),(5)
5	木	三者面談②(1),(2),(5)
6	金	三者面談③(1),(2),(5) 卒業遠足(3)
7	土	
8	日	
9	月	生徒朝礼 三者面談④(1),(2),(5)
10	火	三者面談終⑤(1),(2),(5) すみだいじめ防止の日
11	水	職員会議 NO 残業 DAY
12	木	
13	金	避難訓練
14	土	
15	日	
16	月	卒業式予行
17	火	
18	水	卒業式準備
19	木	卒業式
20	金	春分の日
21	土	
22	日	
23	月	第3回保護者会
24	火	大掃除
25	水	修了式 離任式
26	木	春季休業日始
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	

※ ( ) 内の数字は学年や5組をあらわしています。 例 (5) : 5組

## 【1 学年】

1月30日(金)、鎌倉校外学習に行っていました。天気にも恵まれ、絶好の校外学習日和の中、「武家の古都・鎌倉」の歴史的遺物や自然の景物に触れるとともに、一年間の学びの集大成として班活動の充実を図ることができました。約5時間半の市内班別行動を終え、混雑により昼食場所を変更せざるを得なかった班はあったものの、多くの班が予定通りに見学地を訪れることができました。〈生徒の感想より〉

建長寺では、梵鐘という2.7 tもの重さのある鐘があって、奥は屋根の工事をしていたので入ることはできませんでしたが、三門と梵鐘を見ることができてとても良かったです。鶴岡八幡宮では、おみくじを引きました。とても大きくて迫力があってすごかったです。お昼ご飯は、「自分たちで食べる」という新しい体験ができてとても楽しかったです。(中略)この鎌倉校外学習を通して、野外体験で課題だった班行動もできるようになったので、それを2年生のスキー教室や3年生の修学旅行に向けて、少しでもいかしていきたいと思います。



## 【2 学年】

総合的な学習の時間に食育の授業を行いました。本校の日高主任栄養教諭から、日本の食品ロスの現状と問題点について授業をしていただきました。日本の国民1人当たりの食品ロス量は、1日約102g(おにぎり約1個分)であること、世界と日本の食品ロス量の違いなど、初めて知る事実により多くの生徒たちが驚いていました。また、セブンイレブンジャパンから講師をお招きし、どのような食品ロス削減の取り組みをしているのか講演していただきました。身近な企業の様々な努力に、生徒たちは関心をもって熱心に聞いていました。授業後のアンケートには「今後は腹八分目を意識して、消費できる量を購入したい」「これからは手前どりを心がける」「授業で聞いた話を家族に伝えて、家族全体で食品ロスを減少させたい」といった感想を書いていました。食べ物や生産者への感謝の気持ちを持ち、社会のために自分たちができることを考えるきっかけになりました。



## 【3 学年】 『文化祭(展示の部)』

2月12日～16日まで『文化祭～展示発表の部』が行われました。私立高校の一般入試が行われるなか、実行委員や教科係など担当ではない人たちも展示発表に向けての準備を積極的に行ってくれました。作品は、さすが最上級生と思わせるものばかりで、来場者の目を楽しませてくれました。



## 【5 組】 『合同送別会』

2月6日に墨田区立小中学校特別支援学級 合同送別会が行われました。3年生は、中学校の思い出や高校での目標を舞台上で発表しました。緊張している様子でしたが、中学校3年間で立派に成長した姿が見られました。1年生、2年生も参加し、みんなで3年生の卒業をお祝いしました。中学校で一緒に過ごせるのも、あと数日となりました。1日1日を大切に過ごしていきたいですね。



## 【食育】

1学年の保健体育で「食生活と健康」という学習をしました。食事の質、量、タイミングが大事である、というような内容です。授業の後半ではコンビニでお昼ご飯を買うという設定で、健康を意識した買い方を考えました。

意外だったのが、カップ麺やラーメンをメインに選択する生徒が少なかったことです。好みもありますが、もしかしたらあまり健康的でないイメージがあったのかもしれない。確かに野菜が少なく、食塩が多い傾向にあるので、それだけで食事とするとバランスに欠けますが、安く、手軽で、保存も効くものです。

中学校卒業後は自分自身で食事を選ぶ機会が増えます。羽目を外すときもあるかもしれませんが、基本の望ましい食事の形は覚えてほしいと思います。