



# 真十便り

【校訓】 自主・自愛・自省

2026.1.31 No.10

厚岸町立真龍中学校  
発行責任者 福田 英明



欠席連絡用  
QRコードです

## 「先輩 佐藤綾乃選手、ミラノ・コルティナ冬季オリンピックへ！」

校長 福田 英明

年が明けて1ヶ月が経とうとしています。令和8(2026)年も無事にスタートすることができました。今年も教職員一同、子供たちの健やかな成長を第一に力を尽くしていきたいと思いますので、本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

さて、今年はうま年、飛躍の年となります。飛躍と言えば、いよいよ、みなさんの先輩である佐藤綾乃選手が、来月開催されるミラノ・コルティナ冬季オリンピックにスピードスケート日本代表として出場します。厚岸町の誇りである佐藤選手に、真龍中学校からも熱いエールを送りましょう！

佐藤綾乃選手は、厚岸町で生まれ育ち、3歳からスピードスケートを始めました。真龍小学校、そして真龍中学校を卒業した佐藤選手は、小学校時代にはミニバスケットボールにも取り組み、厚岸町B&G海洋センターをよく利用していたそうです。小さい頃からスケートだけでなく様々なスポーツに親しみ、厚岸の豊かな自然の中で心身を鍛え上げたことが、今の佐藤選手の原点となっています。

真龍中学校時代には、全国中学校スケート大会で1500mと3000mの2種目で優勝するという素晴らしい成績を残しました。みなさんも、彼女がこの厚岸の地で努力を重ねてきた姿を想像してみてください。

佐藤選手は、2018年の平昌(ピョンチャン)オリンピックで、女子3000mで8位入賞。期待されていた女子マススタートでは準決勝で他の選手の転倒に巻き込まれて転倒し、棄権してしまいました。しかし、高木菜那・美帆姉妹・菊地彩花選手と組んだ女子団体追い抜き(チームパシュート)において、決勝のオランダ戦では、当時のオリンピックレコードを記録して、日本史上初の金メダルを獲得しました。この時の金メダルは、21歳2ヶ月という冬季オリンピックにおける日本人女子選手の最年少記録でもあります。

また、続く2022年の北京(ペキン)オリンピックでは、1500mで4位、女子マススタートでも8位に入賞しました。高木菜那・美帆姉妹と組んだ女子団体追い抜き(チームパシュート)でも銀メダルを獲得しており、世界の舞台で常に結果を残し続けています。

そして今回、佐藤選手はミラノ・コルティナ冬季オリンピックで、3大会連続のメダル獲得を目指します。経験豊かなリーダーとして、1500m、マススタート、チームパシュートに出場予定だそうで、日本チームを牽引する彼女の滑りから目が離せません。

厚岸町では、佐藤選手を応援する会が設立され、競技時間に合わせて、本の森厚岸情報館でパブリックビューイングも開催される予定です。しかし、残念ではあります、競技時間が真夜中から早朝のために、中学生は情報館でのパブリックビューイングに参加することはできません。ですので、みんなで心を一つにして佐藤選手を応援しましょう！

佐藤選手は、子どもたちに向けて「最後まで頑張る、目標に向かって努力することの大切さを伝えています。スポーツを通じて、チームで努力することの重要性も学んだと語っています。佐藤選手は、私たち厚岸町に住む人々、そして真龍中学校の生徒にとって、大きな希望と活力を与えてくれる存在です。みなさんも佐藤選手のように、夢に向かって明るく、元気に、そして諦めずに挑戦し続けることの大切さを感じ取ってください。

ミラノの地で、佐藤綾乃選手が最高のパフォーマンスを発揮できるよう、真龍中学校一同、心からのエールを送りましょう！頑張れ、佐藤綾乃選手！

(12月の巻頭言の答えは「ひょうろく」でした)

※電話連絡の場合は  
8:10以降に！

# 2月の行事予定

日	曜	行事予定	部活動	給食	学年	1 校時	2 校時	3 校時	4 校時	5 校時	6 校時	バス
1	日			○	1 2 3							
2	月			○	1 2 3							
3	火	ALT SC来校		○	1 2 3							
4	水	学力テスト(全学年)		○	1 2 3							
5	木	新入生体験入学/保護者説明会 授業参観日④(全学年・1日) 図書館バス	部活動休止	○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	
6	金	町研2月研究大会 ALT	部活動休止	○	1 2 3	○	○	○	道 道 道	道 道 道	道 道 道	13:10
7	土				1 2 3							
8	日				1 2 3							
9	月	放課後事後学習	部活動休止(テスト後)	○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	14:25 15:45
10	火	放課後事後学習 公立高校推薦面接日	部活動休止(テスト後)	○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	14:10 16:10
11	水	建国記念の日	建国記念 5日		1 2 3							
12	木	後期専門委員会⑦(反省) 運営委員会 特別支援 合格発表日		○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	14:10 17:00 15:00
13	金	ALT			1 2 3	○	○	○	○	○	○	17:00
14	土				1 2 3							
15	日				1 2 3							
16	月			○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	14:25 17:00
17	火	ALT 湖北地区学校運営協議会		○	1 2 3	○	○	○	総 総 総	総 総 総	総 総 総	14:10 17:00
18	水	定時退勤日	部活動休止	○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	14:45
19	木	定時退勤日	部活動休止	○	1 2 3	道 道 道	○	○	○	○	○	14:10
20	金	ALT		○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	14:10 17:00
21	土	環境教育パネル展・エコ作品展(～27日) 学年別大会(バドミントン)			1 2 3							
22	日	北海道DCI(バスケ)			1 2 3							
23	月	天皇誕生日 北海道DCI(バスケ)			1 2 3							
24	火	ALT		○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	14:10 17:00
25	水			○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	14:25 17:00
26	木			○	1 2 3	○	○	○	○	○	○	14:10 17:00
27	金	全校集会⑧(放課後) ALT		○	1 2 3	○	○	○	道 道 道	道 道 道	道 道 道	15:00 17:00
28	土				1 2 3							

## 学校教育活動に関するアンケート②結果

12月に実施いたしました第2回目の学校教育活動に関するアンケートでは、多くのご家庭にご協力をいただきました。お忙しい中、ありがとうございました。分析した結果を今後の学校改善に生かしていきます。引き続き、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

	① 分からないことや詳しく知りたいことがあったときに、自分で学び方を考え、工夫することはできていますか。	生徒				保護者				教師	
		1年	2年	3年	全体	1年	2年	3年	全体		
○重点1  「わかりたい」「できたい」と思える授業の構築による家庭学習の定着（学力向上）	② 授業で自分の考えを発表する機会では、自分の考えがうまく伝わるよう、資料や文章、話の組立てなどを工夫して発表していますか。	12月	2.85	2.95	2.62	2.81	3.31	3.43	3.52	3.44	3.07
	③ 授業では、課題の解決に向けて、自分で考え、自分から取り組んでいますか。	12月	2.67	3.15	2.82	2.91	3.62	3.43	3.76	3.67	3.33
	④ 学級の生徒との間で話し合う活動を通じて、自分の考えを深めたり、新たな考え方方に気付いたりすることができますか。	12月	3.00	3.23	2.82	2.95	3.33	3.41	3.35	3.36	3.07
	⑤ 授業は、自分にあった教え方、教材、学習時間などになっていますか。	12月	3.22	3.10	2.79	3.03	2.69	2.76	2.92	2.81	2.80
	⑥ 学習した内容について、分かった点や、よく分からなかった点を見直し、次の学習につなげることができますか。	12月	2.52	2.98	2.68	2.75	2.31	2.45	2.72	2.54	3.00
	⑦ 授業で学んだことを、次の学習や実生活に結びつけて考えたり、生かしたりすることができますか。	12月	2.89	3.05	2.56	2.84	2.54	2.71	3.04	2.81	2.87
	⑧ 先生は、授業やテストで間違えたところや、理解していないところについて、分かるまで教えてくれていると思いますか。	12月	3.30	3.50	3.06	3.30	2.77	2.48	2.76	2.66	2.67
	⑨ 総合的な学習の時間では、自分で課題を立て情報を集め整理して、調べたことを発表するなどの学習活動に取り組んでいますか。	12月	3.22	3.50	3.06	3.28	3.23	3.19	3.40	3.29	3.53
	⑩ 先生は、あなたのよいところを認めてくれていると思う。	12月	3.30	3.63	3.09	3.32	3.08	3.43	3.40	3.34	3.47
○重点2  正しく行動できる心理的安全性が保障された学校づくり（充実した生活）	⑪ 将来の夢や目標を持っている。	12月	3.15	2.55	2.71	2.76	2.77	2.57	2.92	2.76	2.60
	⑫ いじめは、どんな理由があってもいけないことだと思う。	12月	3.67	3.80	3.85	3.78	3.77	3.71	3.68	3.71	3.40
	⑬ 困りごとや不安がある時に、先生や学校にいる大人にいつでも相談できる。	12月	3.04	2.90	2.62	2.84	2.85	2.86	2.96	2.90	3.00
	⑭ 学校に行くのは楽しいと思う。	12月	3.15	2.90	2.85	2.95	3.08	3.52	3.40	3.37	3.27
	⑮ 友達関係に満足している。	12月	3.52	3.45	3.41	3.46	3.00	3.48	3.52	3.39	3.07
	⑯ 失敗を恐れずに様々なことに挑戦できていますか。	12月	2.85	2.70	2.79	2.77	3.00	2.76	2.84	2.85	2.80
○重点3  全家庭・地域・小学校との連携強化（地域社会への影響力）	⑰ 学校は、いじめや嫌なことがなく、安心して学べる環境になっていますか。	12月	3.44	3.15	3.29	3.28	3.00	3.24	3.20	3.17	3.27
	⑱ 地域や社会をよくするために何かしてみたいと思う。	12月	2.67	2.75	2.65	2.69	2.54	2.33	2.44	2.42	2.40
	⑲ 学校からの情報発信（学校だより、HP、学級通信など）は分かりやすく、学校の様子が伝わるようになっていますか。	12月	3.19	3.45	3.03	3.24	3.08	3.24	3.12	3.15	3.33

2.5以下 3以下 3.5以上

【参考】

○重点1 学力向上

○④⑤⑨の設問は生徒が高傾向にあり、一人一人に合わせた学習や友達と協力しながらの学習が充実していることが伺えます。

△⑤⑧の設問は、生徒が高く、保護者・教師が低くなっています。授業改善の継続とその実践を保護者の皆様にも伝わるよう、工夫しています。

●重点1で生徒・保護者共に最も数値が低いのが⑥です。前の時間に学んだことを活かしながら学習したり、授業の続きを家でも取り組んだりできるよう、生徒への関わりを工夫しています。

【重点2 充実した生活】

○⑩⑯の設問は生徒が高傾向にあり、生徒と教師の関わりが7月よりも良くなっていることが伺えます。⑯の設問でも友人関係への満足感は高めで、他者との関わりへの満足感が感じられます。

●一方、⑩の設問では1/4の生徒が楽しくないと回答しているなど、授業や行事等、様々な要因から学校生活への不安や不満を抱えている生徒もいますので、一人一人に寄り添った見取りを今後も継続していきます。

●⑩⑯の設問は三者共に低い状態が続いている。自己肯定感の向上、安心して挑戦できる環境の整備等、子供たちが前向きに行動できる学校を引き継ぎ目指していきます。

【重点3 地域社会への影響力】

●⑩は前回同様、三者ともに低い数値となっています。今後も、道徳、地域行事、職場体験等の地域との関わりを通して、『郷土愛』を育んでいきます。

○⑩は微増傾向です。学校での子供たちの様子がよく伝わるよう、効果的な情報発信を継続していきます。

【学習時間】

△家庭における学習時間は7月よりも全体的に増えた傾向がありますが、依然として全くしない生徒もいることから、取組の差が大きくなっていることがわかります。「授業の続きを家でもやってみたい！」と思えるような授業改善と一人一人に応じた声掛けを継続していきます。

【情報端末機器ルール】

・利用時間を決めたり、使用可能時刻を決めたりするルールが多くみられました。また、勉強やお手伝い等、やるべきことを終わらせてから使っててもよいというルールもありました。

・8月以降、家庭でルールの見直しを行ったという声も聞かれました。

・「ルールはない」という生徒の回答が見られます。ご家庭で改めて情報端末機器の使い方について相談する機会を設けていただければと思います。

【小中連携】

・小中全教員により、3つの委員会に分かれて9年間の連続性のある教育活動について検討を続けています。

○学習委員会・・・総合的な学習の時間における中学校卒業までに身に付ける資質・能力の系統表を作成しています。子どもの発達段階に応じてどのような力を身に付けるべきかを明らかにすることで、他の教科も含めた9年間を見通した学習指導に繋げています。

○生活委員会・・・『よくわかる！真龍小学校』『よくわかる！真龍中学校』の作成や小中それぞれの生活のきまりの交流等を通して、子供たちが「安心・安全」「よりよい判断と行動」「社会性や道徳性」などを身に付ける関わりについて話し合っています。

○特別支援教育委員会・・・中学校卒業後を視野に入れた、学習や日常生活に困り感のある子供への支援の在り方について交流しています。また、社会に出たときに必要な力を身に付けるための進路選択について、保護者の皆様と情報共有していきます。

【『よくわかる！真龍中学校』】

・安心安全メールで配信したPDF版が大変好評でした。

・今後は、新入生保護者説明会と新年度に紙で配付する予定です。また、新年度には安心安全メールでの配信も継続していきます。

【自由記述】

・学校や先生への労いのお言葉を多数いただきました。いつもありがとうございます。

・生徒の自転車の乗り方や送迎時の保護者の車の駐車の仕方についてご意見がありました。自転車と車、歩行の生徒と車等の事故が起こらないよう、注意が必要です。学校では交通安全について生徒に指導をしていきますので、ご家庭でも話題にしていただければ幸いです。

・テストの間違いや未回答の問題の解き直しの時間確保について要望がありました。これまで学力テスト前に行っていた放課後学習を、テスト実施の翌日以降に設定し、学力の定着を図っています。

平日学習時間	3時間以上	2時間以上、3時間未満		1時間以上、2時間未満		30分以上、1時間未満		30分より少ない		全くしない
		3時間以上	2時間以上、3時間未満	1時間以上、2時間未満	30分以上、1時間未満	30分より少ない	全くしない	30分より少ない	全くしない	
1年生	12月	3.7%	3.7%	44.4%	11.1%	29.6%	7.4%	3.8%	26.9%	7.5%
	7月	7.7%	11.5%	23.1%	26.9%	3.8%	26.9%	1.5%	38.5%	
2年生	12月	2.5%	12.5%	12.5%	42.5%	22.5%	7.5%	5.0%	20.0%	15.0%
	7月	5.0%	5.0%	20.0%	37.5%	17.5%	15.0%	0.0%	31.8%	
3年生	12月	11.8%	14.7%	29.4%	14.7%	17.6%	11.8%	2.9%	20.6%	17.6%
	7月	17.6%	20.6%	25.5%	34.4%	24.2%	17.6%	0.0%	24.2%	
保護者	12月	0.0%	15.3%	25.4%	27.1%	25.4%	6.8%	0.0%	20.0%	6.1%
	7月	0.0%	1.5%	31.8%	36.4%	24.2%	6.1%	0.0%	32.4%	
教師	12月	0.0%	20.0%	66.7%	13.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	7月	0.0%	26.7%	66.7%	6.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

平日ICT活用時間	3時間以上	2時間以上、3時間未満		1時間以上、2時間未満		30分以上、1時間未満		30分より少ない		全くしない
		3時間以上	2時間以上、3時間未満	1時間以上、2時間未満	30分以上、1時間未満	30分より少ない	全くしない	30分より少ない	全くしない	
1年生	12月	0.0%	18.5%	25.9%	33.3%	22.2%	18.5%	3.8%	30.8%	30.8%
	7月	3.8%	15.4%	15.4%	39.4%	36.4%	17.5%	1.5%	35.0%	
2年生	12月	10.0%	2.5%	15.0%	22.5%	40.0%	10.0%	0.0%	35.0%	17.5%
	7月	0.0%	0.0%	7.5%	12.5%	40.0%	17.5%	0.0%	35.0%	
3年生	12月	14.7%	8.8%	8.8%	17.6%	35.3%	14.7%	5.9%	20.6%	20.6%
	7月	11.8%	14.7%	14.7%	32.4%	32.4%	17.6%	0.0%	35.0%	
保護者	12月	1.7%	8.5%	15.3%	23.7%	44.1%	6.8%	1.5%	27.5%	7.6%
	7月	1.5%	13.6%	13.6%	39.4%	36.4%	17.5%	0.0%	35.0%	
教師	12月	0.0%	13.3%	46.7%	33.3%	6.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	7月	0.0%	33.3%	60.0%	26.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	

## 佐藤先輩がんばれ！

生徒会が中心となり、校舎3階の窓に応援メッセージを掲示しました。佐藤先輩の活躍が楽しみです！



## お知らせ

12月に全学年で実施しました標準学力調査の結果を生徒に配付しました。自分の得意や苦手を分析し、自分に合った勉強方法を見つけるために活用してほしいです。学校でも、生徒との面談等を通して、一人一人に合った学習の進め方について生徒と確認をしていきます。

## 真中生の活躍！

【吹奏楽】1月17日（土）  
〈コーチャンフォー釧路文化ホール〉  
■第52回釧路地区アンサンブルコンテスト  
中学生の部 銀賞



■第52回釧路地区管楽器個人コンテスト  
金賞 2年：高井 優大