



# 瑞雲

学校だより

昭島市立瑞雲中学校  
校長 定森 夏子  
令和8年 2月 9日

## 瑞雲中の教職員研修

副校長 三田 祐太

瑞雲中学校では年間を通じて様々な教職員研修を行います。今年度は以下の研修を実施しました。  
①救急対応研修 ②アレルギー対応研修 ③服務研修 ④不審者対応研修 ⑤特別支援研修  
その中で、冬休み期間中に実施した特別支援研修についてお話します。今年度は講師に東京都教育委員会から派遣されている巡回心理士 野口 浩 先生をお招きし「認知行動療法」について学びました。

認知行動療法とは・・・

様々な困りごとやストレスを整理し、認知や行動に働きかけることで、気持ちを楽にする心理療法

この研修を通じて、生徒の気づきを促し、自己理解を援助し、より適切な認知と行動のスキルを発展させることを学びました。具体的な演習として動機付け面接法の練習をしました。講師の先生から教わった5つの原則をもとに、教職員で小グループをつくり、先生役・生徒役に分かれてロールプレイングを行いました。

動機付け面接法5つの原則

- ① 共感…本人の気持ちを正確に言葉にする。どういう時にどう感じるのかを言葉にしていける。
- ② 矛盾を広げる…思い込みや不適切な行動への気づきを促す。
- ③ 言い争いを避ける…対立をせず、対等に取り組む。
- ④ 抵抗を手玉にとる…抵抗してもうまくかわし、よくできる部分に焦点をあてる。
- ⑤ 自己効力感を援助する…本人が自分でできる部分に光をあてる。

日頃生徒から話を聞きだしている先生方が生徒役をすることで、答えにくい質問があることを実感して、生徒との関わりを見直せる研修になりました。

研修を受講した先生方からは「日頃の生徒指導で意識できることを学ぶことができた。」「より生徒の気持ちに寄り添った指導ができるようになりたい。」という声があがりました。

これからも瑞雲中では教職員研修を重ね、教育効果を高めることができる指導を目指していきます。



教職員研修の様子

生徒・保護者アンケートの集計について

昨年末行った昭島市教育委員会による「生徒・保護者アンケート」の回答に対し、多くの方にご協力いただきましてありがとうございました。集計した資料を学校ホームページにアップしています。ぜひご覧ください。

学校ホームページ二次元コード



## 生徒の活躍

### 卓球部

第10ブロック1年生大会

女子 優勝:1年、準優勝:1年      男子 準優勝:1年

第48回東京都中学校多摩地区新人卓球大会 女子団体 第5位

2年生5名

1年生2名

### 吹奏楽部

第59回 東京都中学生アンサンブルコンテスト 管楽8重奏 銀賞

## 3年生 高校入試関係

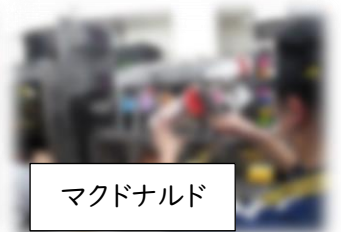
2月 2日(月)      都立推薦入試 合格発表  
2月10日(火)前後      私立一般入試  
2月21日(土)      都立一次入試(学力検査)  
22日(日)      都立一次入試  
3月 2日(月)      都立合格発表



## 2年生 職場体験の様子



スポーツデポ



マクドナルド



動物病院



昭島市民図書館

## 1年生のスキー教室の様子

1月28日(水)～30(金)に新潟県湯沢高原に行きました。天候に恵まれ雪質もよく、スキー日和となりました。



## タブレットとアダプタ更新に伴う回収について

令和8年度より、タブレットと充電アダプタが新機種に更新されます。3月上旬に回収します。(詳細の回収日程は学年からお知らせがあります。)ご家庭で使用している充電アダプタをご確認いただき、確実に回収できますようご協力をお願いいたします。