



苫小牧市立開成中学校学校だより  
令和8年2月24日 第11号

学校教育目標  
「自立」「協働」「創造」



学校ホームページ URL  
<https://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/gakko/kaisei/>

## 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 調査結果のお知らせ

令和7年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の調査結果が公表されました。本校の調査結果の概要を取りまとめましたので、お知らせします。

本校では、今後も生徒が主体的に運動に親しみ、健康増進に努めることができるよう、この調査結果を踏まえた教育活動を進めてまいります。ご家庭・地域におかれましても、子どもたちをたくましく育てるため、運動に関心をもち、体力向上の機会が広げられるようご支援をお願いします。

体力テスト種目 ～測定する体力の要素	男子				女子			
	全国	全道	本校	T得点	全国	全道	本校	T得点
身長 (cm)	161.31	162.37	164.26	53.9	155.06	155.4	157.74	55.0
体重 (kg)	50.11	52.07	53.23	53.1	46.88	47.69	52.65	57.7
握力 (kg) ～筋力	28.95	29.63	32.62	55.0	23.15	23.17	26.00	56.0
上体起こし (回) ～筋力・筋持久力	26.09	25.61	28.33	53.6	21.70	20.85	21.91	50.3
長座体前屈 (cm) ～柔軟性	45.12	43.58	42.38	47.6	46.99	45.62	44.73	47.9
反復横とび (点(回)) ～敏捷性	51.64	50.36	53.38	51.9	47.82	44.40	47.82	52.7
20mシャトルラン～全身持久力	78.82	75.24	74.67	48.4	50.60	46.84	32.82	40.9
50m走 (秒) ～走力・スピード	8.00	8.17	8.22	47.7	8.97	9.16	9.46	44.6
立ち幅とび (cm) ～瞬発力	197.51	195.81	198.62	50.3	166.44	162.75	164.10	49.2
ハンドボール投げ(m)～巧緻性・瞬発力	20.74	20.57	23.46	54.3	12.43	12.34	12.64	50.5
体力合計点 (点)	42.2	41.05	43.18	50.9	47.58	45.62	45.89	48.6

○男女ともに「身長」「体重」が、全国平均を上回っています。

○男女ともに「握力」「反復横跳び」が、全国平均を上回っています。

▲男女ともに「シャトルラン」「50m走」が全国平均を下回っています。全身持久力や走力の向上を図っていきます。

▲男女ともに「長座体前屈」が全国平均を下回っています。体育の授業で柔軟性を高める取組を行っています。

T得点：全国平均値に対する相対的な位置を示します。  
・単位や標準偏差（散らばりの程度）が異なる調査結果を比較するための指標です。

 T得点が50以上の項目

 T得点が50未満の項目

## 新入生保護者説明会

1月29日（木）に、新入生保護者説明会を実施しました。

はじめに、苫小牧警察署職員から、SNSの使用やスマホのフィルタリングについて説明がありました。

次に、本校職員から、1年間の行事、1日の生活、生活面の注意事項、中学校の授業や学習評価、制服、年間に納入する諸経費など、本校の教育活動や学校生活の概要について説明しました。

また、校長からは、令和8年度の本校の部活動地域展開について説明しました。来年度は現段階で、35名（特別支援学級含む）の新入生で1学級を予定しています。

## 新入生体験入学

2月9日（月）に、来年度、本校に入学する児童の不安を取り除き、中学校生活への見通しをもって中学校入学を迎えられるようにするため、新入生体験入学を実施しました。

来校した児童は、英語・体育や自立活動の体験授業に参加した後、中学校の学習や生活、校則、などについての説明を受けました。

参加した児童たちは、体験授業の中で、英語では積極的に発言をしたり、体育では楽しそうに取り組む場面もあり、中学校の教育活動を肌で感じながら、中学校生活に向けた意識を高めていきました。



## 2年 認知症サポーター養成講座

2月5日(木)本校2年生が、苫小牧市の介護福祉課が実施する認知症サポーター中学生養成講座を受講しました。講座では、高齢者や認知症についての正しい知識や、相手を思いやることの大切さ、中学生でもできる実践などについて学びました。



### 【生徒の感想】

- ・認知症の人もなりたくてなった訳ではないので、優しく接していこうと思った。
- ・今後、家族が認知症になることがあると考えると不安だなと思ったけど、相談できる場所があると分かっているだけで心が軽くなった。
- ・おじいちゃん、おばあちゃんが認知症になったとき、私が支えてあげようと思った。
- ・認知症の人に会ったときには、話を合わせるなどをしてみようと思った。

## 本校生徒の活躍

苫小牧地区バレーボール選手権大会	準優勝 ○○○○ (緑VC所属)
第19回苫小牧ジュニアインドアテニス光杯道大会	14歳以下ツグル 優勝 ○○○○ (苫テ協会)
第37回インドアテニス北海道大会イン苫小牧	女子オープン ペア優勝 ○○○○
第3回苫小牧地区中学生バドミントン交流大会	男子シングルス1部優勝 ○○○○ 男子シングルス2部ベスト8 ○○○○ 女子シングルス2部ベスト8 ○○○○

## 第3回学校運営協議会を開催しました

2月17日(火)に学校運営協議会を開催し、清水小・開成中の教育活動についての説明や、学校再編ビジョンに関する意見交換等を行いました。地域住民の様々な立場からご意見をいただきましたので、次年度以降の教育活動に生かしていきます。学校再編ビジョンにつきましては、次年度以降、苫小牧市教育委員会による地域説明会等も実施される予定です。詳細は苫小牧市HPをご覧ください。



## SNSの使い方に注意を!

SNS上で個人情報や発信したり、暴力行為やいじめの様子を動画で投稿したりする問題が全国的に起こっています。場合によっては、名誉毀損や暴行などの罪に問われるような行為です。暴力行為やいじめを絶対に許さない環境をつくると共に、SNSの使い方について、大人も子どもも十分に注意していく必要があります。資料を配付しました。ご覧ください。

## 次年度の修学旅行について

昨今の物価上昇や熊出没、地震の多発に伴い、次年度の修学旅行については、ファームステイと震災学習を見直した行程で2年生のご家庭にお知らせしています。

今後の修学旅行につきましては、状況を見ながら検討していきます。

## とまこまい学びの3か条

ゲーム・スマホ20時でセーブ  
3つの「習」でレベルアップ  
学年×10+10(分)でステージクリア

## 3月の主な行事予定

3日(火)	放課後学習会
4日(水)	公立高校入試(学力検査)
5日(木)	公立高校入試(面接)
6日(金)	専門委員会・PTA運営委員会
9日(月)	3年市民自治のまちづくり出前講座
10日(火)	3年生を送る会
11日(水)	公立高校追検査・同窓会入会式
12日(木)	3年通知表配付、卒業式準備
13日(金)	第54回卒業証書授与式
17日(火)	公立高校合格発表
23日(月)	大掃除
24日(火)	修了式・離任式 通知表・修了証書配付
25日(水)	学年末・学年始休業(～4月7日)