



諏訪市立上諏訪中学校

令和8年度 学校要覧

自らを拓き 未来を生きる



自分の未来を描き、自ら進む道を切り開いていく上諏訪中学校

今年も夢と希望に溢れる待望の春がやってきました。新たに 54 名の新入生を迎え、全校生徒 159 名で、さやかに元気よく新年度のスタートを切りました。毎日を元気に楽しく、充実した日々を送っています。

世界の至るところでは、互いを傷つけ合い、命を落とす悲しい争いが絶えません。世の中は混沌としています。子どもたちは“今”を生き、そして“未来”を生きていきます。皆で力を合わせて明るい未来を築いていけると信じています。どの子にも、未来を力強く生き抜いていく力、自分の未来を創り出していく力を身につけてほしいと考えます。

そのために、大切な知識や技能を身につけながら、問いをもち、情報を集め、考え悩み、適切に判断していくことを通して、友や仲間、地域や世界と連携してよりよく生きていく主体的な生き方を身につけることを期待します。

上諏訪中学校の伝統のもと、主体的に学び、多様な価値観を認めつつ、自分たちの力でよりよい生活を創造できる子どもを育む「いい学校」を、生徒、そして教師も地域も、皆で力を合わせてつくっていきましょう。

上諏訪中学校長 牛越 雅紀

今年の僕の目標は、上諏訪中学校を諏訪に誇れる学校にすることです。1人1人が「前向きに物事に取り組んで」「あいさつを徹底し」「地域への感謝を忘れない」そんな学校を目指しています。そのために、この三つの柱を基に、他学年との交流からあいさつ企画など、様々な活動を行っていきます。充実した一年にするため、全校で協力していきましょう。

校友会会長

《学校の沿革》

昭和 22 年 4 月
学制改革に伴い旧高島
国民学校跡に設置
平成元年 2 月
新校舎竣工式
平成 14 年 4 月
二学期制導入
平成 28 年 3 月
新体育館竣工式
平成 29 年
70 周年記念事業を実施
令和 3 年 4 月
上諏訪小学校との併設型
小中一貫教育校の開始

《全校生徒数 159 名》

1 学年 54 名
2 学年 47 名
3 学年 58 名



学校教育目標

自らを拓き 未来を生きる

※施設併設型小中一貫教育校として、上諏訪小学校と共通の目標を設定しています。

校訓

真理の追求
自主自律
質実剛健

※生徒が判断し行動することを大切にしてきた
本校伝統の精神です。



目指す学校像

自治の気風にあふれ、生徒が判断し、行動する機会が多い学校

高い人権意識をもち、自他を尊重し協働しながら明朗な生活を創造できる学校

挑戦

目的をもってやってみる

重点1 楽しい授業の創造

一人になって取り組む



いっしょに取り組む



互いに深め合う



できた！わかった！
楽しい！もっと！

とことん取り組む「探究の学び」の実現を！

重点2 探究的な学びの推進・充実

てながおか
「手長丘プロジェクト」「総合的な学習の時間」
プロジェクトのリニューアル・探究する態度の育成



個の学び、そして
仲間との協働性

重点3 上中アフタースクール・輝きタイム

校友会活動の充実、そして発展

人とつながり自分を豊かにする“輝きタイム”

部活動

上中サークル

生徒による自主サークル活動。立ち上げから、募集の広報、宣伝、運営を生徒が行う。文化祭で発表！

校友会活動

教科・教育相談
行事に関わる活動
＜学校・学年＞
その他 教科学習等

状況を掴み、共に考え、行動する・発信する生徒 習得した知識・技能をフル活用して探究する生徒

継続

つながる・守る・続ける

重点1

あいさつ日本一の学校

「一日の始まりは挨拶から」

良好な人間関係を築く力を育む学校に。先輩方が目指してきた、その思いを受け継ぎながら、素敵な挨拶ができる学校に！



重点2 地域貢献 役に立つ人になろう！

上中伝統の校友会活動の さらなる発展を目指そう

校友会スローガン「礼・誠・恩」
団結力から達成感を得る
主体性と協働力を高める

ボランティア活動を守り、さらに充実を！

- ・諏訪湖清掃
- ・ニコウキスゲの植栽
- ・子ども食堂の参画
- ・読み聞かせ活動
- ・空き缶回収 等



重点3 キャリア教育の充実

上中キャリアメッセ（2年）

地域企業の魅力・人と出会い、地域の方々のキャリア（生き方）や「働くとは」を学ぶキャリア教育の一環。生徒が事業者選定から企画、運営等に主体的に取り組む。



キャリアデザイン構築（ものづくり科）

「人のために」を中心に据え、相手意識に立つ展開

重点4 人権教育の充実

生徒憲章・人権宣言

道徳授業の充実 心を耕す 人づくり 人権感覚を磨く
よりよく判断し、正しい行動ができる生徒の育成

伝統を引き継ぎ、発展・進化させられる生徒 人の痛みがわかる生徒 協働して力強く歩む生徒

醸成

じっくり しっかり

重点1 小中一貫教育の

さらなる充実！

学びやすい学校・ゆるやかな接続
交流を基本とした人間関係の構築
生徒も教師も



交流給食



中学生の読み聞かせ

重点2 サポート体制の充実

学年担任制

複数の職員を「学年担任」として配置。多くの目で生徒を見つめチームで生徒のサポートやケアにあたります。学級の窓口担当だけでなくいつでも、どの職員とも相談できます。

相談体制の確立・拡充

定期的に「心の支援会議」開催
自分のペースで学ぶ相談 F 学級

特別支援教育・ インクルーシブ教育を推進

チーム支援の確立 皆で支援
個に寄せた温かな支援

重点3

よりよい人間関係の構築

日々の生活でつながる

- ・挨拶
- ・感謝
- ・尊敬

行事でつながる

- ・協力
- ・感動
- ・絆

保護者懇談会 年2回

- ・懇談と傾聴
- ・一緒に歩む

連携し支え合って

力を発揮する教師集団

- ・挨拶
- ・感謝
- ・尊敬
- ・外部機関と連携、協力

中学校時代は「自分探し」の時代 なりたい自分に向かってじっくりと取り組む生徒

年間行事

4月	入学式 始業式 地区校友会 校友会入会式 オリエンテーション 3年修学旅行 参観日	8月	夏期休業	12月	保護者懇談会② チャレンジショップ 校友総会 校友会引継ぎ会
5月	校友総会 1年高遠リサーチキャンプ 諏訪湖清掃 体育祭	9月	小中合同引渡訓練 前期期末テスト	1月	新年出発の会
6月	中体連南信大会 2年キャリアメッセ 参観日 前期中間テスト ニッコウキスゲ植栽	10月	文化祭 前期終業式 後期始業式 諏訪湖清掃 1年防災宿泊学習	2月	後期期末テスト 参観日 地区校友会 校友総会
7月	2年八ヶ岳登山 地区校友会 保護者懇談会①	11月	校友会立会演説会 参観日 音楽会 後期中間テスト	3月	バレーボールCM 3年生を送る会 修業式 卒業証書授与式