

1 学年通信



R5. 10. 2(月)



Smile

スマイル

10 月号



『いい顔つくろう』 ～表情は心のかみです～
☆やさしい笑顔 ～他人への思いやり ☆真剣な顔 ～何事にも前向きに一生懸命取り組む ☆きりかわる表情 ～けじめある生活

【文化祭に向けて・・・】

文化祭で行う合唱コンクールに向けて、合唱の練習が本格的に始まりました。初めての中学校の合唱コンクール。生徒たちは戸惑いながらも、元気に練習に取り組み始めています。また、各委員会での催事(アトラクション)運営の準備も始まりました。どんな演技を披露してくれるのか楽しみです。

～ 中1の2学期、躍動の学期へ！～



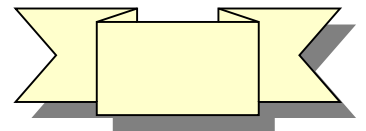
【後期生徒会役員立候補者立会演説会並びに選挙が実施されました】

9月22日(金)に後期生徒会立候補者の立会演説会が行われました。1学年からは6人の立候補者が出ました。立会演説会では、「晃陽中学生徒会の役員として活動する先輩方の姿を見て、自分も何かやってみたい。」「生徒会活動をさらに活発にするために何かしたい。」という思いを、緊張しながらも誠実に全校生に伝えた6人。生徒会執行部として、また、生徒会の一員として生徒会活動を盛り上げるべく、頑張っていってほしいと思います。

【共感的に「聴く」】

生徒の皆さん、人の話をきくときは、表面的な言葉を「聞く」だけではなく、相手の心情も含めて「聴く」という姿勢が大切です。例えばA君がお母さんに「けがをした犬がいたよ・・・」と言ったとき、その顔や目を見つめながら共感的な気持ちで聴けば、A君が“なんとかその犬を引き取って世話をしたい”と思っていることは、おのずと分かります。

これは親子に限らず、友人同士の間や地域社会でも大切なことです。共感的に「聴く」ことで、相手の心に喜びや充実感が生まれるのと同時に、「心の絆」が育まれていくのです。最近、“コミュニケーション力”という言葉がよく使われますが、この「聴く力」もコミュニケーション力の一つです。一方的に自分のことを主張するだけがコミュニケーションではありません。様々な意見や考えを聞き入れ分析する力、相手の心情を考え適切な言葉を選ぶ力、など人の話を「聴く」ことは、大切です。



【「性格は変えられない」は間違い】

考えることが行動に現れ、行動が習慣を作り、習慣が性格をつくる。そして性格が運命をつくる。

～映画『マーガレット・サッチャー 鉄の女の涙』より～

生徒の皆さん、今の脳に関する最新科学では、性格や思考の方法を変えることができることが明らかになってきています。性格は変えられるんです。自分のこんな性格嫌だという性格を自分で変えていきましょう。考え方が大きく変われば、人格・性格が変わったように感じられるかもしれません。考え方が変われば、人生も変わるのではないのでしょうか。性格のせいで人生損をしている…なんて思っているのなら、今すぐに性格を変える方法を実践してみるべきです。「性格を変える」…というよりも、「考え方を広げる」、「選択肢を増やす」などはあなたの意識次第でできるのです。「性格を変えよう」と思うと、とても困難なことのようにも思えるかもしれません。でも、「行動を変えよう」「考え方を広げよう」なら…？できそうじゃありませんか？今のあなたの性格をつくっているものは、それまでのあなたの「行動」です。その人の性格は、その人の行動の結果なのです。それまでの人生で積み重ねたあらゆる行動の結果が、あなたの今の性格をつくっています。たまたま、一回、間違った選択肢を取ったために、以後、間違った選択肢を取り続けてしまっていることも多いようです。一度嫌なことから逃げてしまえば、そこで貴重な経験や自信を得ることができずに、以後同じような場面で同様に逃げてしまう…そういった繰り返し、臆病な性格を作ってしまうかもしれません。あなたの現在の思いは、あなたが思う以上に重要です。あなたの将来はあなたの現在の思いにかかっています。今の考え方や行動があなたの将来を作っていることに、もう少し気を配るべきかもしれません。まずは、なりたい自



分をイメージしてみよう。なりたい自分をイメージができれば、そのイメージに近づくために行動（行為・口調・表情・視線・行動範囲 etc...）を変えていきます。明るい性格になりたいければ、明るい行動をすれば良い、たったそれだけです。例えば、あいさつを元気よくする、「ありがとう」を笑顔で言う、等。イメージする「なりたい自分」なら、その時どんな行動をするかを考えてみましょう。実際に思いをポジティブへと切り替えるだけです。考え方がポジティブになれば、行動に現れます。行動は、やがて習慣となり、いつのまにか性格となるでしょう。性格を変えるために重要なことは、一度や二度の繰り返しではなく、**日常生活の中であきらめなくて繰り返すこと**。何かあったときにそれまでの考え方や行動を行わず、別の行動をとることが性格を変える第一歩です。そして、それを自然にできるようになるまで繰り返すことで、性格は変えられるのです。一番いけないことは、“決め付けること”です。「私は怒りっぽい性格だから、しょうがない」「私は暗い性格だから、しょうがない」…決めつけは、次の行動を制限してしまいます。結果、いつまで経っても嫌な自分の性格を変えることができません。性格がすぐに劇的に変わることはないようです。変わるのは少しずつです。一度や二度、考え方や行動を見直したところでそう簡単に人は変わりません。大切なのは、**何度も“繰り返すこと”**です。

【心の窓】 「ころをひらく」～PHP 5月号より～

誰しも完璧な人はいない。長所があれば短所もあるのが人間である。けれど、短所にばかり目が、長所が見えなくなってくる。温厚な性格も「優柔不断」となり、外交的な性格も「でしゃばり」となって、「いやな人」だと、すべてを否定しがちになる。これでは人間関係はうまくいくはずがない。これがほとんど顔を合わせない相手であればいいけれど、たとえば同じ職場の人だとそうはいかない。顔を見るのもいとわしく、気分もだんだん暗くなる。そうなれば、ますます相手に対する悪い感情も増幅され、あいさつもせず、言葉も交わさず、これではお互いが不幸である。また、まわりの人たちにも迷惑をかける。これではいけない。

「いやな人」「苦手な人」がいるなら、まず、自分の心にとらわれがないかを問いかけてみよう。そして、素直な気持ちで相手の長所を探ってみよう。そうすれば、短所と思っていたことも、その人の持ち味、長所と見ることができかもしれない。自分の方から心をひらいて接すれば、相手も心をひらいてくれる、それが人間関係の原則ではあるまいか。

【お知らせ】

○富屋特別支援学校との交流学习（1回目 9/26（火）・2回目 10/3（火））

総合的な学習の時間における地域交流（障害者福祉教育）として実施します。交流日は、全員、自転車登校し、富屋特別支援学校への移動は自転車となります。

○文化祭

10月28日（土）が文化祭となります。本年度の内容は、体育館での合唱コンクール、ステージ発表、校舎の4Fから2Fを使つての各専門委員会によるブース形式のアトラクションや展示となります。また、10月30日（月）が代休となります。有意義な過ごし方ができるよう、ご家庭でもご指導よろしくお願いします。

○学校集金徴収日について

口座振替日は、10月は 10日 です。再振替日は、毎月 25日 です。御準備、よろしくお願いいたします。

[10、11月の行事予定]

10/3（火）3.4校時 富屋特別支援学校との交流学习 2回目	11/2（木）～10（金）	教育相談 B5
10/6（金） 1学期終業式 A日課金 12345行	11/6（月）	Ⅱ期時間割開始 B5
10/10（火）～11（水）学期間休業日	11/8（水）	学校朝会
10/12（木） 2学期始業式 行木 23456	11/14（火）	生徒会専門委員会 B6
10/13（金）～15（日） 県新人大会	11/15（水）	お弁当の日
10/19（木） 生徒会専門委員会 B6	11/18（土）	全市一斉土曜授業 特別日課 3時間
10/25（水） 生徒朝会	11/18（土）～21（火）	オープンスクール
10/27（金） 文化祭準備 A日課金 1234 行行	11/21（火）5.6校時	社会人講話学習「働く人に学ぼう」
10/28（土） 文化祭	11/22（水）	生徒朝会
10/30（月） 文化祭代休	11/24（金）5.6校時	学科説明会（県立高校説明会）
	11/28（火）5.6校時	交通安全教室
	11/30（木）	2学期中間テスト