



【ご機嫌の法則】 ～ いつもご機嫌でいるために ～

4月21日の全校朝会で、「ご機嫌の法則」という話をしました。

毎日の生活の中で、誰でも、ご機嫌な時と、そうではない時があるのは当たり前ですね。しかし、世の中には、いつもご機嫌に見える人と、いつも不機嫌そうに見える人がいるのも事実です。いつもご機嫌な人とそうではない人の差は、何が違うのでしょうか？ いつもご機嫌でいたいと思っている私が、ご機嫌でいるための教科書にしている本があります。「ご機嫌の法則100（伊藤 守 著）」という本です。その中から、私が特に大切にしている7つの法則を生徒達に紹介しました。

《ご機嫌の法則 1》

ご機嫌な人は、いつでも、いま目の前にあることを楽しむ準備ができている。

だから、いつも楽しい。

不機嫌な人は、いつも、いまここにいる、楽しいことを探している。

だから、いつも楽しくない。

《ご機嫌の法則 2》

楽しいことなんて探していたんじゃ間に合わない。楽しめる能力がほしいんだ。

《ご機嫌の法則 3》

ご機嫌になりたかったら、ご機嫌な人の近くに行きなさい。

不機嫌になりたかったら、不機嫌な人の近くに行きなさい。

《ご機嫌の法則 4》

問題のひとつやふたつ、100や200はもったまま、散歩もできるし、ご飯も食べられる。

笑うことも楽しむこともできる。

《ご機嫌の法則 5》

きみのそばに、いやなやつがいるとしたら、きっと、そいつはいやなやつなんだ。

ただ、それだけだ。そいつのせいで、ご機嫌になれないなんて言わせない。

《ご機嫌の法則 6》

あなたがご機嫌でいることが、あなたがあなたのまわりにいる人にできる最大の貢献。

《ご機嫌の法則 7》

ご機嫌は、ご機嫌になろうと決めたとき、手に入る。

「なるほど。」「深いなあ。」と思いませんか？ 我々教師が、そして保護者の皆様がいつもご機嫌でいることが、子供達にできる最大の貢献なのかもしれませんね。お互い、ご機嫌でいたいですね！

【宇河春季体育大会】 ～ 一昨年以来の大会で生徒達が躍動！ ～

5月7～9、15～16日の5日間、宇河地区春季体育大会が開催されました。昨年度は、コロナウイルス感染拡大のため、春・夏・新人の3大会すべてが中止となってしまいましたので、運動部の生徒達にとっては待ちに待った公式戦だったと思います。大会を運営するにあたっては、どの競技も感染症対策に配慮しながらの実施であったため、出場選手の制限をしたり、屋内競技においては保護者の入場をお断りせざるを得なかったりしましたが、試合に参加した選手達は、生き生きした表情で、全力でプレーしていました。私もいくつかの競技を見て回りましたが、試合に勝って喜んだり、負けて悔し涙を流したりする生徒達を見て胸が熱くなりました。全力で試合に臨むことで生まれる感動は、生徒達にとって貴重な財産です。夏の大会での更なる活躍を期待したいと思います。

【いじめゼロ集会】 ～ いじめのない、居心地のよい学校にしよう！ ～

市内の全中学校が、原則5月と10月の年2回実施している「いじめゼロ集会」を5月26日（水）に実施しました。感染症対策のため、昨年度同様テレビ放送で行いました。

まず最初に、各学年ごとに決定した「いじめ防止スローガン」とそれに込めた思い、いじめ根絶に向けた決意を、各学年委員長の生徒が堂々とした態度で発表しました。

1年生「1個の暴言を言うなら 100個のありがとうを言おう」（1年4組 佐藤 茜さん作）

2年生「見逃すな 友のサイン 差しのべて 君の手を それが一筋の光となる」

（2年5組 太楽夏美さん作）

3年生「救える心 救える命 手を差し伸べよう あなたの意志で」（3年4組 齋藤悠華さん作）

続いて、生徒会が募集した標語の中から選ばれた優秀作品の表彰を行いました。生徒会長の稲場大耀さんが、一人一人に声をかけながら賞状を手渡しました。表彰された7作品です。

「いじめでね 困った時は 後ろ見て 仲間がいるから 振り向き頼れ」（2年1組 加藤海音さん）

「今日こそは 言っていよいよね 心の本音」（2年1組 羽下 翼さん）

「大丈夫？ その一言が 救いの言葉」（2年5組 榊本栞さん）

「いじめする あなたの心が みじめだな」（2年5組 村上 翔さん）

「いじめの火 油じゃなくて 水かけて」（3年2組 篠田 凜さん）

「わざと無視 暗くて深い 落とし穴」（3年3組 五島美琴さん）

「大丈夫？ あなたの勇気が かぎになる」（3年5組 高橋芭南乃さん）

優秀作品に選ばれた標語は、校内のあちこちに掲示して意識の高揚を図ります。

こうした活動を単なるパフォーマンスで終わらせず、生徒たちがスローガンや標語に込めた思いを実践させるためにも、「いじめの早期発見・早期対応」に努めることはもちろん、「いじめの未然防止」を第一に考えて、今後も「より良い人間関係づくり」「認め合い、励まし合い、助け合う学級づくり」「人権感覚の高揚」に全力で取り組んでまいります。



【第1回そーらん全体練習】 ～ 受け継がれる伝統・雀中魂 ～

6月26日（土）の体育祭に向けて、「そーらん」の練習が本格的に始まりました。「そーらん」は雀中生としての誇りの象徴であり、宝物でもあります。全体練習で先輩が後輩に熱心に演技指導する姿を見ると、伝統がしっかり受け継がれていることを実感し、頼もしく思います。感染症対策との両立に正直苦労は尽きませんが、細心の注意を払いながら、子供たちの意欲を後押ししていきたいです。



円陣を組んで準備体操

2年生の模範演技

3年生の模範演技



後輩に演技指導する3年生



後輩の演技を
タブレットで録画



映像を見せながら
アドバイス