

## 北郷中 学校だより きたごう

『自ら』 行動する 振り返る 創造する 生徒



「うまくいくひとの条件」

校長 本田 章

2学期の登校初日の朝、PTA 校外指導部の皆さんには、早くから生徒の登校を見守っていただきありがとうございました。また、8月23日には日曜日の休日でしたが、PTA 奉仕作業に87名もの多くの保護者の方にお骨折りいただきました。校庭やグラウンドを見違えるように整備していただきました。重ねて感謝申し上げます。ありがとうございました。

2学期の始業式で、私は生徒のみなさんにも先生方にも「よいこと（よかった）を言葉に出す」「よいこと探しをする」「有難い」＝「感謝」という話をしました。コロナウイルスの影響で、社会全体が自粛、制限、延期、中止というこの時期に、少しでも前向きな気持ちを共有できたらと思うのです。それは「よいことを言葉に出す」ことで周りの人へも「よかったこと」を広げられると思ったからです。普段何気ない会話や行動が他の人にとっては「ありがたい（有難い）」ことと感ずることがあると思います。そのときに「ありがとう」と感謝の言葉がきっかけで、もっと仲良くなる魔法の言葉となるでしょう。そして自分に対しても「よかった」と思えるでしょう。「自分が好き」と思える瞬間です。そのことを「自己肯定感」と言います。

そこで、永松茂久さん著『人は話し方が9割』の一文を抜き書きして紹介します。

## 「自己肯定感」

この言葉は読んで字のごとく「自分自身のことを肯定できているか？」ということです。例えば「自分は、しっかりと自分の人生を生きている。周りの人が何と言おうと、自分は価値のある人間だ」。こうすぐに口に出せる人は、自己肯定感の高い人。

一方、「自分に自信がない」「周りの人からどう思われているかどうしても気にしてしまう」という人は自己肯定感の低い、ということになります。

人は幼いころから「言葉」、つまり「周りの人の話し方」の影響を受けて育ちます。自己肯定感の高い大人たちから育てられた子どもは、自己肯定感の高い大人に育ちます。

## 「運のいい人たちが使っている口ぐせ」 自分の言葉を一番聞いているのは自分自身

日本人の一番好きな言葉を御存じですか？それは「感謝」の言葉だそうです。

コミュニケーションの上手な人は、折に触れ、感謝の言葉を口にしています。「ありがとう」と自分の言葉を一番聞くのは自分自身。そして自分の言葉を聞く時、心は無意識状態ですから、奥底にその言葉がストレートに入ってきます。ですから、「いい言葉を口にする、口ぐせにする」ということは、精神衛生上、ものすごくプラスの効果があるのです。

## 「感謝の言葉を口ぐせにして、ほめ言葉は積極的に受け取る」

あなたはほめられたとき、どういうリアクションをしていますか？「すごいね！」「綺麗だね」人から言われた時、おそらくほとんどの人が、「いやいや、そんなことはありませんよ」と謙遜しているのではないのでしょうか？しかし、ほめた相手としては、あまり謙遜されると、それ以上ほめることができなくなってしまいます。特に、誠心誠意ほめてくれる人なら、なおさらのこと。その時は、素直に「わあ、嬉しいなあ」「そう？ありがとう」と言って相手の気持ちを受け取りましょう。

自分自身が感謝の気持ちを口にすることも大切ですが、相手の気持ちを感謝して受け取ることも同じくらい大事なことです。

ほんの一部を紹介しました。自分の心の持ち方が変わると「見え方、感じ方、言葉使いや行動」が変わってくるのではないのでしょうか。そして生き方にも良い影響が生まれてくると私は信じています。ここまで読んでいただきありがとうございました。

## 9月・10月の主な行事予定



9月		校内行事	10月		校内行事
2	水	県学力調査(3年生)	1	木	いじめアンケート
		広報部			中央委員会
3	木	校納金引落日			冬季更衣準備期間(~10/16)
4	金	専門委員会 SC(スクールカウンセラー)	5	月	校納金引落日
10	木	学年集会	6	火	全校集会 第4ステージ開始
		修学旅行保護者説明会(3年生)	9	金	専門委員会
11	金	SC	12	月	中央委員会
14	月	学習支援(~16日)	13	火	2年生職場体験
15	火	生徒集会	14	水	
17	木	1学期9教科テスト	15	木	中央委員会
18	金	1学期9教科テスト SC	19	月	冬季完全更衣
24	木	アルミ缶・牛乳パック回収	20	火	パラダイスカップ(国語)
25	金	アルミ缶・牛乳パック回収			中央委員会
		専門委員会	22	木	三者面談(~29日)
29	火	体育大会(午後) ※弁当	30	金	PTA理事会
30	水	北中の集い展示見学(午後) ※弁当	SC来校予定日:10月2日・9日・21日・23日・28日		

### 体育大会・北中の集いの開催について

令和2年度体育大会ならびに北中の集いは、新型コロナウイルス感染拡大防止対策の観点からプログラムの縮小や競技の内容などを精選し開催します。

日時 9月29日(火) 体育大会  
13:10~16:00  
9月30日(水) 北中の集い展示見学  
13:15~15:35

※天候により体育大会と北中の集いの展示見学を入れ替えて開催する場合があります。また、両日とも雨天の場合は、10月5日(月)が予備日となります。

◎保護者の見学については両日ともに可能です。マスクの着用、手指消毒、密集を避けての見学となりますのでお願いします。詳しいお知らせは後日配付します。

### 体育大会・北中の集いに向けて動き始めています

8月27日(木)生徒集会が行われました。生徒会本部より、スローガン・シンボルマークの発表がありました。

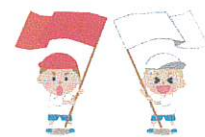
【スローガン】

「目指せ感動 つかめ優勝  
~笑え楽しめ思い出つくれ~」

発案者 3年B組 高梨 慎吾さん

【シンボルマーク】

発案者 3年B組 柴田 璃歩さん



### 《お知らせ》

9月29日(火)・30日(水)は弁当の日となります。年間行事予定では、給食となっていたましたが、体育大会・北中の集いの移動に伴い、変更となります。

また、10月2日(金)は「給食あり」となります。