



# 心の中の鬼に、打ち勝つ

いつも本校の教育活動にご理解とご支援をいただき、誠にありがとうございます。

2月3日(火)は節分でした。みなさんは鬼に出会ったことはありますか。私は、あります。

- ・家で「勉強しなさい」と言われ、親に言い訳や文句を言った人
  - ・学校に行く時、面倒だなと感じた人
  - ・授業中、勉強がよく分からないと、関係ない話を友達とした人、または寝ている人
  - ・友達を傷つける言葉や行動を取った人、または無視した人 ……など
- 上のようなマイナスの気持ちを感じた時、私たちは鬼に出会います。

- ・イライラ鬼
- ・ダラダラ鬼
- ・あきらめ鬼
- ・傷つけ鬼
- ……など

そうです。鬼は外からも来ますが、私たち一人一人の心の中にもいます。

「節分」では、行事としてただ豆を投げるのではなく、自分の心の中にいる鬼にも豆をまき、鬼に負けない心も育てたいものです。

大人になったら鬼がいなくなる、ということはありません。大切なのは、鬼がいることに気づき、どう向き合うかです。「節分」に限らず日々、鬼は私たちを誘惑してきます。鬼をそのままにしていると、最後は夢も希望も命までも、すべて鬼に食べられてしまいます。また、鬼が小さい時は一人でも抑え込めますが、鬼の誘惑に一つ乗せられ、約束やルールを破り、規則正しい生活を失うほど鬼は大きくなり、一人では太刀打ちできなくなります。さらに、鬼は仲間を嗅ぎつけ近づいてきます。気がつけば自分の周りは鬼だらけ…。大きな鬼を宿した者同士でお互いに足を引っ張り合い、立ち直る機会も失い、加速的に悪い方向へと落ち込んでいきます。

そうならないためにも、日頃から約束やルールを守り、規則正しい生活を送ることが大切です。また、その大切さを教えてくれる家族や先生、友達の言葉を素直に受け取り、一緒になって立ち向かってくれる仲間を増やし、誘惑が小さい内から見過ごさずに跳ね除けていく、そんな強い心を養い続ける必要があります。すべては日々の、自分の心の持ち方次第です。

何かの縁で出会い、ともに歩みを進めてきた皆さんには、ぜひとも大きな落とし穴には落ちてほしくないです。「鬼は外」「福は内」…。少しでもよりよい自分になると、鬼に打ち勝ってください。一人では太刀打ちできない時は一緒に豆をまき、ともに鬼に立ち向かいましょう。投げつけた豆から新しい福が芽吹き、その福が心を満たし、幸せな日々になることを願います。

昨今は、インターネット上にも多くの鬼が徘徊しています。ますます、子どもたちを取り巻く環境は悪くなる一方です。今後とも学校や家庭、地域の連携強化を図り、子どもたちの今や将来を守っていきましょう。

心と体はつながっています。鬼に打ち勝つ強い心を引き出すには、健康な体づくりが大切です。ポイントは「規則正しい生活」です。早寝早起き朝ごはん…。昼行性である私たちは朝日と共に起き、日光を浴びることで体内時計は整い正常な活動ができます。また、五感を刺激する実体験は脳や体を活性化させます。さらに、心を落ち着かせポジティブな気持ちを高める幸福ホルモンも多く分泌され、持ち前の力を最大限発揮できるようになります。健全な心は健全な体に宿ります。



## 全校集会(2/4)にて表彰しました(^^♪。心からの賛辞を送ります。

【 令和7年度 兵庫県中学校総合文化祭展覧会 】

美術	特選	入選	入選
----	----	----	----

標語	努力賞(学校代表) 「 スマホより 自分のころを たいせつに 」			
	努力賞	努力賞	努力賞	努力賞



### 1/16 1.17を忘れない 防災や減災は、命と向き合う大切な学び

阪神・淡路大震災の教訓を胸に、避難訓練を行いました。本年度は市内の防災・減災訓練のメイン会場にもなり、地域の皆様と一緒に訓練を行いました。

- ・水平垂直避難(1～3年):シェイクアウト、校庭への避難、3階以上への避難
- ・動画視聴等防災授業(1, 3年):阪神淡路大震災の動画
- ・防災訓練(2年):煙体験、救急体験(日用品で添え木、負傷者搬送)、消火訓練

防災や減災は、自他の命と向き合います。大切な命を守るためには、日頃から学びを深め、他者とのつながりをより強固する心がけが求められます。そして、震災時に限らず、身近にある危険や誘惑、心の隙間や悩みから自他の命を守るためにどうしたらよいかを考えるよき機会でもあります。誰かに助けを求め、ともに解決する良さにも気づかされます。

さて、訓練から約1か月が経ちました。今回の学びや体験は今の生活に活かされていますか。未成年が禁止されていることに手を出す人や、他者を傷つける暴言や暴力を行う人など、耳にします。とても残念です。今一度、自他の大切な命の重さや尊さを感じ、共に生きる素晴らしさやその意義に目を向けてほしいと強く願います。



### 1/24オープンスクール・新入生保護者説明会



現小学校6年生及びその保護者を対象にしたオープンスクールや、新入生保護者説明会を開催しました。生徒会執行部が作成した学校紹介の動画を上映しました。生徒が学校運営の担い手として活躍している雰囲気がよく伝わり、好評でした。この動画は、校区内の3小学校にもお送りしており、少しでも中学校の進学への不安を軽減できたらと願います。

現在、「触法少年」が全国的に多く、尼崎市は他市と比較しても多いです。一番の原因は、ICTの急激な発達と不適切なSNSの活用だと考えます。本年度も尼崎東警察署の警察官に來校していただき、その危険性についてお話をしてもらいました。至る所に大きな落とし穴が空いています。一度落ちると這い上がるのが困難です。

自分を守るのは自分です。便利なもののほど危険が多く、正しい知識と慎重な姿勢が求められます。ただ、心無い大人の介入もあり、子ども達だけでは限界もあります。学校や家庭、地域において正しい情報を発信し続け、時には制限や約束づくりなども必要となります。今後ともご理解とご協力のほど、よろしくお願いします。



#### 2月の予定

16日(月)3年 公立推薦・特色入試  
20日(金)2年 修学旅行保護者説明会  
4日(水)生徒集会  
17日(火)卒業式(13日卒業式予行)  
19日(木)公立一般入試結果発表  
25日(水)修了式

19日(木)1年 性教育講座  
25日(水)学年末考査(~27日)  
12日(木)公立一般入試  
19日(木)1年 球技大会  
23日(月)2年 球技大会

#### 3月の予定