



今の自分が望む未来を創る

始業式より約1か月が経ちました。授業をはじめ教育活動を誠実に取り組む姿や、明るく元気に学びを深める姿は素敵です。日頃の一人一人の頑張りを少しでも応援したく、話をします。慣れてくると緊張感も薄れ、継続は疲れます。時には自分の周囲に疑問を感じやる気を失い、現実逃避も起きます。そんな時は、これまでの頑張りを振り返り、視点を変えてモチベーションを保つことが大切です。今の自分(考えや言動)が望む未来を創ります。

○ すぐに変えることができる 自分(考えや言動)を変える

困難に直面したり、慣れて緊張感が薄れたりすると、とかく周囲に問題を求めてしまいがちです。どんなに文句を言っても、あきらめの気持ちを抱いても、多人数が関係することはすぐには変わりません。周囲を変えるよりも、変わらない周囲を嘆くよりも、すぐに変えることができる自分(考えや言動)を変えたいものです。面倒なことも自ら楽しみながら取り組めば達成感も生まれ楽しくなります。これは、人間関係も同様です。誰かに挨拶をすれば挨拶が返ってくるように、優しさを伝えたら優しさが返ってきます。周囲への見方が変わると「困難」も「挑戦」と感じられ、周囲との良好な関係が生まれると、いつの間にか周囲の様子が自分にとってよい方向へと変わっていることもあります。

○ 頑張っている自分や友達の良いところを見る

やる気スイッチは、プラスの感情に影響を受けます。頑張っている自分や友達の様子に目を向けると自然とやる気が生まれます。苦楽をともにする友達の存在は、心の支えとなります。良き実践を意識したり認め合えたら、継続したり、新たに始めたりする力が湧いてきます。ポジティブな考えや言動はポジティブな力を引き寄せます。また、ともに歩みを進め、手を取り合うと仲間意識も高まり、周囲からの良き支援を得ることもあります。

○ 良かれと思うことは、まずはやってみる

「思い立ったが吉日」です。自分の考えや言動はいつでも、どこでも、自由に変えることができます。深く考え立ち止まるよりは、まずは良かれと思うことを少しずつ取り組みましょう。

ただし、心理的な不安や悩み、困っていることが起きた場合は、自分を変えるよりも誰かに助けを求め相談し、自分を取り巻く周囲を変えることが大切です。周囲を変えることは時間や労力を必要としますが、解決に向けてともに考え、手助けしてくれる人は必ずいます。決して、一人で抱え込まないでください。

学校運営協議会委員、PTA 役員・ボランティアをはじめご家庭や地域の皆様、季節の変化に伴い子どもたちの様子も日々変化します。今後とも細やかに見守り、一人一人の頑張りを応援したく、ご協力・ご支援のほど、よろしく願いいたします。

5月の予定

11日(月)教育実習開始(～29日)、生徒集会・専門委員会 15日(金)避難訓練
18日(月)3年中間テスト、体育大会練習開始(～6/4) 22日(金)進路保護者説明会
25日(月)体育大会全体練習①(雨天→金5) 28日(木)3年 学力調査
29日(金)体育大会全体練習②(雨天→生徒集会)

6月の予定

2日(火)体育大会予行 4日(木)体育大会 5日(金)体育大会予備
10日(水)教育相談(～15日) 12日(金)リフレッシュデー
17日(水)期末考査(～19日) 27日(土)尼崎市公立高等学校合同説明会
30日(火)2年トライやる保護者説明会(体育館 or LL教室)

全校集会(5/11)にて表彰しました(^_^)。心からの賛辞を送ります。

【 第31回 スプリングカップ 】

| | | |
|--------|------|-----|
| ソフトテニス | 男子個人 | 第3位 |
|--------|------|-----|

昨年度 3/25 付学校だよりに掲載できず、今回の学校だよりに掲載させていただきました。

【 第76回 尼崎市民スポーツ祭 】

| | | | |
|--------|-------------|-----|-------|
| 陸上 | 中学女子4×100mR | 第3位 | ・ ・ ・ |
| | 中学女子200m | 第1位 | 第3位 |
| | 中学女子走り幅跳び | 第3位 | |
| バレーボール | 女子団体 | 第3位 | |
| 卓球 | 女子個人 | 第2位 | |

4/15～17 修学旅行(3年)

テーマ 「つながりを通し、3K(感謝・感動・謙虚)の心を学ぶ!!」

【 修学旅行の主な行程 】

平和公園(平和セレモニー、原爆資料館、被爆体験者講話)→長崎市内班別研修
→ペーロン体験 →大宰府天満宮(散策・参拝)

【 大切な学び(被爆体験者講話より) 】

被爆体験者: 「平和のバトンを渡すから、みんなで平和を守ってね」

生徒会長: 「恐ろしさを知った。話を受け継げるのは私たち、
今日の話をしっかり受け継いでいきたい。」

今年は市内でも一番早く、新年度早々の修学旅行でした。2年生の後半から着実に準備を進めてきたとはいえ、校外学習は予期せぬ事態に陥る可能性も高く、また、お互いの協力による連携も強く求められるため、人間関係づくりがスタートしたばかりの新クラスでの活動は本当にできるのであろうかと心配しました。しかし、終わってみればすべて杞憂でした。3年生は、これまでの学びや培った絆を活かし、実りある思い出深い修学旅行を成し遂げました。すべての行程を時間通りに(時には設定時間より早く余裕を持ち)、自分たちで決めたルールや約束を守りながら真剣に学びを深めていました。まさに、テーマ通りの有言実行を達成した3年生、その頼もしさに、最高学年としての今後の活躍も大いに期待できます。今年も大成中は安泰です。



4/23 JR脱線事故追悼集会

「自他尊重」は一人では成し得ず、みんなの「思いやり」が必要です!!

JR福知山線脱線事故が起きて今年で21年になります。毎年、生徒会執行部による献花と全校生徒による追悼集会を行っています。事故で亡くなられた方々のご冥福を祈り、黙とうを捧げました。そして、その当時のことを振り返り、教訓を風化させることなく、命の大切さや尊さについて一緒に考えました。校訓にある「自他尊重」の精神のもと、一人一人の命が輝く学校生活を目指し、これからも生徒のみなさんと一緒に創り上げるべく歩みを進めたいと思います。

