

# ＝ 中 ＝ 進む!! 川床中!!

長島町立川床中学校 便り

第 11 号

令和 7 年 2 月 28 日（金）

## 素直・前向き・謙虚に穏やかに！

校長 西元 ひとみ



今年の冬の寒さは、例年以上に厳しく長く感じられます。例年ならば今頃咲き誇り私達を楽しませてくれる花々の開花も随分遅れているようです。先日川床のある家のお庭で白梅を見かけ、「ようこそ。待っていました。寒さの中でも花を咲かす準備をしていたのね。」と思わず話しかけてしまいました。その時、ふと『春の来ない冬はない』という言葉思い出しました。寒い冬だからこそ樹木が開花・新芽の準備を、時間をかけて静かにじっくりと進めていたからこそこの花々に出会うことができたのだと実感しました。

さて、『2月は逃げる』と言われるように、学校では大きな行事はありませんでしたが、学年末テスト、PTA理事会、授業参観・学校保健委員会・専門部会・学級PTA、次年度に向けた教育課程編成会議等が開催されました。正（まさ）しく静かにじっくりと今年度の振り返りと準備が行われています。また、3年生においては既に進路が内定している生徒とこれから本番を控えている生徒といます。それぞれの置かれている状況を理解しながら、自分がやるべきことに邁進している姿は素晴らしいと思うことです。学年末テストの返却があったある日のこと、3年生のある生徒が「数学がとっても悪かったですよ。もうダメだあ。」と私にぼやいてきました。そこで私は、「あらよかったじゃないの。入試までに自分はどこが分かっていたかが分かって。そこを何とかすれば、また点数が伸ばせるね。テストは、自分が分かっているところとそうでないところを知るためのものと考えたらいいのでは？」と答えました。「ああそうかあ。そう考えるとまだ頑張れますね。」と納得していました。その生徒の気持ちが前向きになるお手伝いが少しでもできたことを私自身嬉しく思いました。

私たちは、辛いことや苦手とすることに直面するとつい避けたくなるものです。特に自分の夢や願いの実現が身近で目前に感じる時期になると、不安や迷いはより一層強く巨大に感じるものです。私自身、これまでも何度も自信をなくし押しつぶされそうになった経験があります。そのような場面で効果的だったのが、『積極的思考＝ポジティブシンキング』です。『物事を前向きに捉え、積極的な姿勢でいる考え方』です。

### 【ポジティブシンキングの特徴】

- ☆ 失敗を経験しても成長の機会と捉える。
- ☆ 困難を乗り越える力がある。
- ☆ 多少の失敗でも経験を次に活かせる。
- ☆ 周囲の人を明るくする。

### 【ポジティブシンキングを身に付ける方法】

- ◇ 原因より解決策を考える。
- ◇ 周囲へ感謝する。
- ◇ 具体的かつ達成可能な目標を立てる。
- ◇ ネガティブな口癖をやめる。
- ◇ 物事を前向きに捉えるよう意識する。
- ◇ 自己肯定感を高める。

先日、参加したある講演で、『自己肯定感を高めるには、まずは自分との約束を守ることが大事』と聴きました。川床中学校の生徒も、日々の生活や学習、体験を通して少しずつ『自分にはいいところがある！』と自覚できるようになってきました。まずは、当たり前のことを当たり前に過ごせている自分を認めて、褒めていきましょう。今年度もラスト1か月です。やり遂げるための当たり前を大切にして過ごしましょう！今から始めましょう！！

## 栄養教諭授業

1月30日(木)、飯牟禮栄養教諭にきていただき、中学生の時期に必要な栄養と心身の成長についての授業を実施しました。

実際の食事メニューを6つの基礎食品群にわけ、栄養のバランスや、補うべき食品を考えました。また、朝ご飯を摂ることの大切さも学びました。



## 「ほめ日記」講座

2月21日(金)、第2回学校保健委員会(家庭教育学級)を行いました。自己尊重プラクティス協会の方に御来校いただき、「ほめ日記」講座を実施しました。御参加いただいた保護者の皆様、ありがとうございました。

また、5校時には1年生を対象に授業をしていただきました。



## 鰯王料理教室

2月7日(金)、東町漁協の方に来校していただき、1年生で鰯王料理教室を開催しました。

最初に捌き方を見せていただきました。生徒たちは、見事に切り進められていくブリに驚いていました。次に、捌き方のアドバイスをもらいながら自分たちで、半身の状態から刺身とタタキにすることができました。自分たちで捌いた鰯王は味も格別だったようです。御協力いただいた皆さん、ありがとうございました。



## 新PTA三役決定

2月6日(木)のPTA理事会で、来年度のPTA三役が承認されましたので、お知らせします。

会長	さん
副会長	さん
副会長	さん

令和7年度も、本校の教育活動への御理解と御協力をよろしくお願い致します。

今年度も、家庭教育学級、学校保健委員会、PTA専門部会、学級PTAへの御参加ありがとうございました。

## 総合1・2年

2月17日(月)、1・2年合同で総合的な学習の時間に、レゴシリアスプレイ認定ファシリテーターの方に来校していただき、レゴを使った対話の練習をしました。

個人でテーマを元にレゴで形にして、それを班のメンバーに説明し、形にしたレゴについて班のメンバーから質問を受けるという形で、互いに話をしていきました。いつも以上に、話すことに注目できた時間でした。



## 3月の行事予定

5	(水)	県公立高校一般入学者選抜(～6日)
8	(土)	土曜授業 クラスマッチ
11	(火)	卒業式予行
12	(水)	第78回卒業式
13	(木)	森林学習(1年生)
14	(金)	PTA役員引継会
15	(土)	青少年育成の日
16	(日)	家庭の日
17	(月)	生徒会専門部会
20	(木)	(祝日)春分の日
25	(火)	修了式 離任式 PTA送別会
26	(水)	年度末年度始休業(～4月6日)

※ ノー部活動デー

5日、12日、19日、25日

※ 3月11日まで 部活動終了時刻 18:00  
完全下校時刻(スクールバス) 18:15  
3月13日から 部活動終了時刻 18:15  
完全下校時刻(スクールバス) 18:30