

汲みたての水うつくしき煤払

日野草城



関 宣也

窓から吹き込んだ北風にあおられ、残り1枚となったカレンダーがパタパタ音を立てている様をみると、何となく寂しい気持ちになります。1年がたつのは早いものだとつくづく思う今日この頃です。

本校は先月18日～29日まで人権週間を設定しました。初日の話の中で、マザーテレサさんの言葉を使わせていただき、『愛』の反対の言葉について話しました。彼女は『愛の反対は憎しみや悲しみではなく無関心』であるという言葉を残しており、このことについて全校に話をさせていただきました。

さて今月の学校だよりは『レジリエンス』の話をしたと思います。

『レジリエンス』という言葉を知ったことがありますでしょうか？ 初めて聞くという方も多いのではないのでしょうか。この『レジリエンス (Resilience)』の元々の意味は、「回復力、弾性」です。弾力のあるゴムタイヤを押しつぶしてもすぐに元の形に戻る、あるいは竹が強風に煽られて大きくしなっても、折れることなく、またすくっと立ち直る、そんな回復力のことです。

レジリエンス研究の第一人者であるペンシルベニア大学ポジティブ心理学センターのカレン・ライビッチ博士は、レジリエンスとは「逆境から素早く立ち直り、成長する能力」と定義しています。日本では、打たれ強いこと、折れない心、心のしなやかさ、といった表現が使われることもあります。つまりレジリエンスとは一言でいうと『へこんでも折れない心の力 (筋肉)』と言えるのではないのでしょうか。

レジリエンスは誰もが持っており、自分自身で高めていくことができます。そしてそれを高めることによって『(ムカつくや、無理など) マイナスな口癖が変わる』、『人のせいにしなくなる』、『発想の転換ができるようになる』ことが言われています。

ではその高め方のポイント、

- ☆【ネガティブ感情の悪循環から脱出する】(気持ちの切り替え方を知る)
- ☆【”思い込み”の癖を知る】
- ☆【「やればできる！」という自信を身につける】
- ☆【自分の「強み」を活かす】
- ☆【こころの支えとなる「サポーター」をつくる】
- ☆【「感謝」のポジティブ感情を高める】
- ☆【痛い体験から意味を学ぶ】

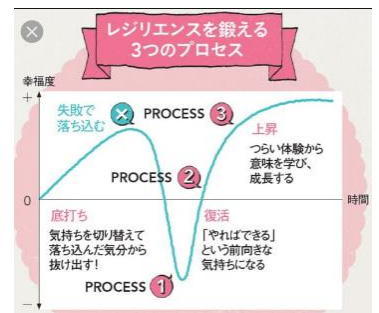
とされており、

特に3年生は進路を控え、勉強など思い通りにいかななくなることがあると思います。そんな時のためにもレジリエンス『へこんでも折れない心の力 (筋肉)』を鍛えてみてはどうでしょうか。

この冬休み、ご家庭で顔を合わせる機会も多くなってくると思います、是非、ご家族で話をさせていただき、相手に関心を持ち、家族の愛を深めていただくと同時に、このレジリエンスを鍛えていただけたらと思います。

それでは、よいお年をお迎えください。

レジリエンスとは？



原中人権週間

今年度、原中学校では11月18日（月）から29日（金）までの2週間を「原中人権週間」としました。まず、人権週間の始まりとして放送にて校長先生よりお話をいただきました。マザーテレサの「愛の反対は憎しみではなく無関心です」という言葉をもとに伝えられたメッセージ、心に留めていて欲しいです。放送後は学年ごとにVTRを視聴し、3年生は人権標語、1・2年生は人権作文に取り組みました。いじめ問題に目を向けた人、環境問題に目を向けた人、お年寄りに目を向けた人、外国人問題に目を向けた人、障がいのある方に目を向けた人、様々な問題についてそれぞれ考えることができたのではないのでしょうか。

また、11月22日（金）には車椅子ラグビーの選手として三度パラリンピックに出場を果たした、元日本代表三阪洋行さんが来校していただき、福祉講演会を1, 2年生で行いました。車椅子ラグビー用の車椅子を2台持ってきていただき、実際に数名の生徒、そして先生がタックルを体験しました。その場にいた全員が迫力に圧倒されました。また、三阪さんは心に残る大切な3つの言葉を教えてくださいました。「違いはコンプレックスじゃなくて個性」「“できない”じゃなくて、“どうすればできるか”考えることが大切」「自分の価値を高めること」どの言葉も心に響く教えであり、励ましかったです。「自分はできないことがあるとすぐ諦めてしまっていました。でも三阪さんのお話を聞いて、“どうやればできるか”と考えることで前に進めることを知りました。今後、心掛けていきたいです」とある生徒が三阪さんにお手紙を書いていました。今後の生活に結びつく大変貴重な経験となりました。



12月4日から10日までの1週間には生徒会、厚生委員でユニセフ募金を行いました。たくさんの協力ありがとうございました。

原中人権週間は終わってしまいましたが、道徳の時間などを通して人権意識を高めていけるよう取り組んでいきます。皆さんの身近にある人権について深く考えてもらえればと思います。

水泳部

水泳部では3年生15名が9月に引退し、現在は2年生15名、1年生15名の計30名で活動をしています。

水泳部はオンシーズンは5月から9月と泳げる期間が非常に短く、その間に5つの大会をこなします。夏に泳ぎきる体力と体幹を中心とした筋力を上げるために、冬の期間は陸上でのトレーニング、週末には横浜国際プールに練習に通い、練習を行っています。

新チームでは、3年生から引き継いだ伝統を大切にしながら、「協力して努力し、真剣に旭・瀬谷・泉・戸塚区合同大会での男女総合入賞」を目標に日々の練習に励んでいます。

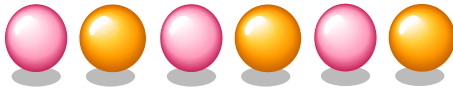
水泳は個人種目でもあり、団体種目でもあります。原中水泳部は一人ひとりがチームのために努力すること、チームが一人ひとりをしっかり応援し、活気があふれるチーム作りのために1年間を通し、チームの良い雰囲気づくりをできるように努力し続けています。

来シーズンは区大会の総合入賞はもちろんのこと、県大会に男女共リレーに出場できるように努力していきますので、ご声援よろしくお願い致します。



(水泳部顧問 中村加代子 河邊一馬 今野聡)

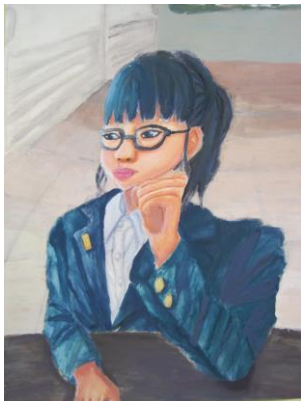
美術部



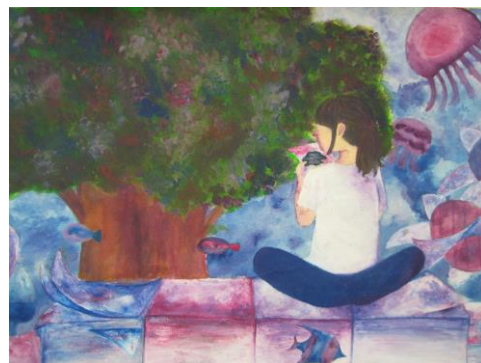
美術部は1年21名、2年10名、3年8名（11月上旬引退）計39名で活動しています。年度の前半は文化祭や各種コンクールへの出品作品の制作に取り組み、後半はデッサンや絵画、デザインの基本を学んでいます。描くことによる自己表現を最高に幸せな時間と感じる仲間たちが集まり、放課後の美術室はいつも優しく穏やかな雰囲気になっています。美術部では表現力の向上のみならず、制作を通して美しいものに感動する心、自分を大切にできる心、周りの人の良さを認める心を育てることを目標としています。これからも素晴らしい仲間との時間を大切に、美術を通して心豊かに育って欲しいと願っています。

また本来、賞を取ることが目的ではありませんが、その表現が認められることは部員として大変自信と励みになります。本年度もたくさんの賞をいただきましたのでお知らせします。

- ・全国教育美術展
特選 2年 白鳥 琴乃 1年 橋本 琉生
入選 3年 本橋 未来 森下 七星 加藤 遥々香
2年 富田 紅明渚 1年 若林 夕愛
- ・愛鳥週間用ポスターコンクール 最優秀賞 3年 森下 七星
- ・かながわ地球環境保全ポスターコンクール 奨励賞 3年 加藤 遥々香
- ・未来に残そう青い海・海上保安庁図画コンクール 特別賞 3年 西澤 百柚
- ・ヨコハマ3R夢ポスターコンクール 入賞 3R夢アピール賞 1年 西川 柚希
入賞 3R夢アイデア賞 1年 山口 未莉
佳作入選 3R夢賞 1年 羽田 美月 若林 夕愛
- ・交通安全啓発ポスターコンクール 瀬谷警察署長賞 1年 佐藤 裕華莉
瀬谷交通安全協会会長賞 1年 大島 実優希

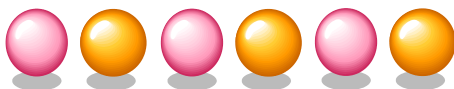


<1年 橋本琉生さんの作品>



<2年 白鳥琴乃さんの作品>

(美術部顧問 福井綾子)



生徒会バトンタッチ

先日、生徒会本部役員選挙がありました。選挙管理委員会を中心に準備をし、立候補者の緊張感、生徒一人ひとりの真剣な気持ちが会場に溢れた、素晴らしい雰囲気でした。立候補者は「これからの原中学校をより良くいきたい」という気持ちを、全員が自分の言葉でしっかりと表現していました。新役員のみなさんは、自分たちの力を最大限に発揮して、もっともっと素敵な原中学校にしてほしいと思います。

旧役員のみなさん、本当にお疲れ様でした。最初の頃は、中央委員会等の司会も上手くいかず、良くするためには何が足りないんだろうと話し合い、試行錯誤を重ねた1年間でした。場に慣れてくるにつれ、企画・運営で斬新なアイデアが出たりと、大きな成長が見られました。また、今年は全員が公約に上げていた目安箱の設置をするなど、新しいことにも挑戦しました。

最後に、原中生のみなさん、これまで原中をリードしてくれた旧役員に大きな感謝の気持ちを持ち、新役員に協力していきましょう。一人ひとりが、原中生徒会としての意識をもつことで、もっと素敵な原中学校になると思います。

(生徒会担当 中村 加代子)

学校保健委員会

12月13日（金）に学校保健委員会を開催しました。今年度、保健委員会では、「自分の命を守るための行動を考えよう」をテーマに活動を進めています。

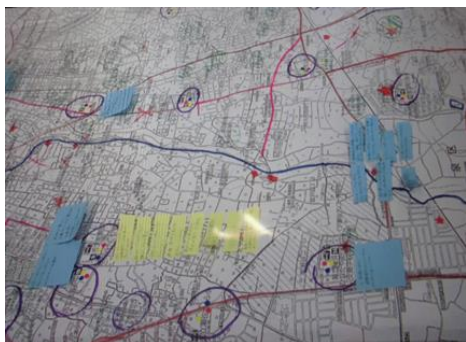
今回の学校保健委員会では、瀬谷消防署予防課の千葉さんと阿久和消防出張所長、永井さんにお越しいただき、DIG訓練を体験しました。DIGとはDisaster（災害）、Imagination（想像力）、Game（ゲーム）の頭文字をとって名付けられたものです。グループごとに大きな地図を囲み、「実際に自分の住む地域で災害が起きたらどうなるか」を想像する訓練です。今回は、瀬谷区内で最大震度6強の地震が起きたと想定して、訓練を行いました。

生徒たちは想定をもとに「地域ではどんな被害が発生するか」を考えながら、地図に書き込みをしていきました。また、大地震が起きた際、「どのような行動をとればよいか」や「中学生として何ができるか」についても考え、話し合いをしました。



生徒たちの感想の一部をご紹介します。

- ・何年も住んでいる町なのにどこに何があるか全然わかっていなかったことに気づきました。
- ・知らない道や消火栓の場所を確認しておこうと思いました。
- ・自分の身の周りに火が燃え広がりそうな場所が多くあることを初めて知りました。
- ・防災グッズの準備や避難場所の確認をしっかりとしようと思いました。
- ・日々の備えと避難訓練が本当に大切だと改めて思いました。



今回の訓練では、地域の一員として「中学生の自分は何ができるか」を考えながら活動しました。また、一人ひとりの日ごろの備え（自助）と地域住民の助け合い（共助）によって、災害の被害を減らすことができる「減災」についても学びました。

保健委員会では、今回学んだことを全校生徒のみなさんにも紹介する予定です。今後も、いざという時に備えて、原中学校全体で防災意識を高めていきたいと思えます。

（養護教諭 蓮見有里）

9組 区合同宿泊学習

11月18日・19日の2日間で、瀬谷区個別支援学級合同宿泊学習会が行われました。場所は、昨年と同様愛川ふれあいの村です。瀬谷区5校の個別支援学級の生徒約100名がそれぞれの係を担当し、班活動を行います。この宿泊行事までには、6月から瀬谷区合同学習会を重ねて交流を図り、レクリエーションを交えながら仲を深める取り組みを行ってきました。

1日目は、愛川公園で散策を行い、その後服部牧場で乳しぼりの体験をしました。美味しいソフトクリームも食べました。その後、宿舎へ向かいキャンドルファイヤーや班会議、係会議などを行い、多くの人と一日の生活を共にすることでさまざまな関わり方を学びました。2日目は、ディスクゴルフ大会を行いました。施設内に設置されているコースを時間の限り楽しみました。個人賞やグループ賞などもあり、個人賞のNO.1は原中学校の生徒が獲得しました。

この2日間では、日常では味わえないたくさんの大切なことを学び、そして体験できたよい宿泊学習会になりました。この経験を活かし、これからの生活も人と支え合い、助け合いのできる9組であってほしいと願います。

次の行事は、合同学芸会！PIRATES OF THE CARIBBEAN☆頑張るぞーっ！！



（9組担任 今島麻由）