

旭岡



令和4年度 旭岡中学校 学校だより NO.4

函館市西旭岡町3丁目5番地

TEL 50-3609 FAX 50-4412



【重点目標】『自ら考え、判断し、表現できる生徒の育成』

HP <https://member-asahioka-jh.edumap.jp>

今日、何回「ありがとう」を言いましたか？

～「ありがとう」のもつ言葉の力～

校長 中田 和子

『自律・感謝・貢献』。この言葉は、本校の教育目標であり教育理念です。子どもたちに身に付けてほしい力として、学校行事をはじめ、日常の教育活動のさまざまな場面において意識づけをしています。その中の「感謝（ありがとう）」について、少し考えてみたいと思います。

「ありがとう」は、言われた人も嬉しいですが、言う方も幸せな気持ちになれる言葉です。実際、「ありがとう」という言葉を口に出すと、脳内から幸せホルモンのセロトニン、集中力が上がり意欲になる幸福物質のドーパミン、免疫力が高まるエンドルフィンなどが分泌され、さまざまな効果がもたらされます。

小さなことにも感謝できる人は、運に恵まれ、心が豊かだと言われます。反対に感謝の心がないと、不平不満が多くなり、ストレスがたまり、人間関係がうまくいかなくなってしまいます。感謝できる人の特徴としては、例えば以下の例があります。（あなたはいくつ当てはまりますか？）

感謝できる人の特徴

1. 些細なことに感謝できる

ご飯を食べられる、健康でいられるなどあたりまえの日常そのものが感謝の対象。

2. 感謝をきちんと伝える

言わなくても伝わるはず・・・はNG。表現の仕方はいろいろ・・・自分がされて嬉しい表現で伝えることが大切。

3. 他者を受け入れる

どんなことでも「成長の機会」と捉え、他者から学ぼうとする。たとえ自分と違う考え方であっても受け入れる心の広さがある。

4. 他者をよく観察している

誰かが人知れずやってくれたことにも、ちゃんと気づいて感謝の気持ちをもつことができる。

5. ネガティブな気持ちと上手に付き合える

不満、怒り、愚痴など誰にでもあるネガティブな感情。それにとらわれたり、人前で態度に出したりすることなく、自分なりの方法で解消できる。

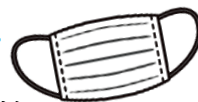
反対に、自分のことでいっぱいいっぱいであったり、「勝ち負け」の意識が強すぎたり、環境や人間関係に慣れきっていたりするときは、感謝できない思考になっているので要注意です。

感謝の念ということは、これは人間にとって非常に大切なものなのです。見方によれば、すべての人間の幸福なり喜びを生み出す根源ともいえるのが、感謝の心だといえるでしょうからね。したがって、感謝の心のないところからは、決して幸福は生まれてこないだろうし、結局は、人間、不幸になるということですね。感謝の心が高まれば高まるほど、それに正比例して幸福感が高まっていく。……

上の文章は、松下幸之助氏の言葉の一部分を記載したものです。ご存じの方も多いと思いますが、松下氏は「経営の神様」と呼ばれる日本の実業家で、現在のパナソニックという会社を創設した人物です。そのような方も「感謝の念」を大切にしていたことがわかります。

人から「ありがとう」と言われれば、「こちらこそありがとう」という気持ちが生まれ、相手に対して感謝の気持ちを自然にもつようになります。お互いに感謝する気持ちが芽生えれば、相手との間に信頼関係がつけられていきます。今まで相手に感謝の意をあまり伝えていなかった人、気にも留めずにいた人等々、ぜひこれからは「ありがとう」のひと言を声に出したりメッセージに書いたり、自分に合った方法で伝えてみてください。★つい「どうも」と言いがちですが、感謝の気持ちは「（どうも）ありがとう」で伝えましょう。

マスクの着用について



文部科学省のリーフレット等でもお知らせしていますが、現在の対応は以下を基本としています。

■ マスクの着用が必要ない場面 ※距離の目安は2m

屋 外	・人との距離が確保できる場合 ・人との距離が確保できなくても、会話をほとんど行わないような場合
屋 内	・人との距離が確保でき、会話をほとんど行わないような場合
学校生活	・体育の授業や運動部活動（運動活動中） ・登下校（「屋外」に準ずる）

特に夏季は熱中症予防のためマスクを外すことがあります。

中体連陸上競技大会

6月5日(日)に全市の陸上競技大会が行われ、本校からは16名の選手が参加しました。コロナウイルス感染拡大防止のため、当日、全校応援はできませんでしたが、選手は皆ベストを尽くし、大いに健闘しました。男子3000mで柏倉くんが5位、男子4種競技で増川くんが7位、男子1500mで齊藤くんが7位にそれぞれ入賞を果たしました。

また、競技以外の部分で、多くの学校関係者から、「旭岡中学校の生徒は、あいさつやマナーがたいへん素晴らしい。」と、お褒めの言葉をいただきました。普段から学校生活で行っていることが評価されたのだと思います。素晴らしいですね。



『2022 体育祭』

5月27日(金)、『2022 体育祭』を開催しました。この体育祭は、時間がない中、何回もチームミーティングを行い、ルールや当日の運営、競技補助など、子どもたちが自分たちの手で創り上げた行事です。また、1～3年の縦割りで行ったのですが、最高学年の3年生は、その言動でチームを引っ張り、旭岡中学校の良き伝統をしっかりと下級生へと引き継いでくれました。当日は残念ながら雨天のため、体育館での開催でしたが、多くの保護者にご来校いただきました。ありがとうございました。



中体連総合競技大会

総合競技大会が下記の通り、開催されました。コロナウイルス感染拡大防止のため、当日の生徒の応援はできませんでしたが、本校生徒、チームは大活躍でした。

○水泳大会

女子100m平泳ぎ 木下さん出場

○野球大会

1回戦：旭岡・北 12-0 ラ・サール

2回戦：旭岡・北 2-9 桔梗

○サッカー大会

1回戦：旭岡・戸倉 3-0 ラ・サール

2回戦：旭岡・戸倉 2-1 附属

3回戦：旭岡・戸倉 0-2 亀田

⇒3位

○バドミントン大会

男子団体 3位 女子団体 3位

男子個人戦

シングルス 坂本くん3位

ダブルス 田中・秋元ペア2位 江口・小山内ペア3位

女子個人戦

ダブルス 小山内・西村ペア2位



行事予定

- 7/ 4(月) 1・2年生 CS 連携クリーンデー
- 5(火) ALT カールワグナー来校
テスト3日前部活動なし
- 6(水) 1年ノーマリー学習 職員会議
- 8(金) 定期テスト
- 11(月) 全校集会
- 12(火) 授業参観・二者面談①
- 13(水) 授業参観・二者面談②
- 14(木) 授業参観・二者面談③
- 15(金) 授業参観・二者面談④ 3年人権教室
校外生活委員会
- 18(月) 海の日
- 19(火) 授業参観・二者面談(2・3年生)
生徒会協議会
- 20(水) 一斉専門委員会 ALT 来校
- 21(木) 二者面談(1・3年生)
- 25(月) 1学期終業式
- 26(火) 夏季休業～8/24

★新型コロナウイルスの感染状況等により、予定が変更になる場合があります。ご了承ください。