



二中だより

第 8 号
令和3年12月2日(木)
柏江市立柏江第二中学校
TEL 03-3480-8891
FAX 03-5497-7362
<http://www.komae.ed.jp/jh/02>

「夢を思い描こう」

校長 猪瀬 政幸

先週から3年生の面接練習を連日行っています。時間もかかり大変なのですが、実は全く苦ではありません。むしろ楽しいのです。なぜかと言うと、受験を想定してはいるものの、面接を通じて生徒たちの将来の夢や中学校で頑張ったことなどを聞くことが出来るからです。緊張しながらも一生懸命伝えようとする姿を見ていると、こちらもつつい力が入ります。応援したくなります。その中で、「将来の夢は？」と聞くと「まだ決めていません」と答える人がいます。夢は決めるものではありません。思い描くものです。それがより具体的に、映像のようにイメージできる（ビジュアライゼーションといいます）と、その夢が現実近づいていくとされています。

これから面接に臨む3年生、そしていずれ面接を行う1、2年生も、その時までには自分の夢を自分の言葉で語れるようになっていてください。



校長による面接



生徒同士の面接練習

「使う言葉が未来をつくる」～11月全校朝礼校長講話より～

今日は、使う「言葉」の持つ力についてお話しします。

人が「普段使っている言葉が現実になる。」言い換えると「言葉が未来をつくる。」とされています。日本には古くから「言霊（ことだま）」という考えがあります。口に出した言葉には魂が宿っていて、やがてその言葉が現実になるという意味なのですが、昔の人は経験から言葉の重要性が分かっていたのです。

実は、脳科学的に、これらのことは正しいということが解明されています。脳の仕組みとして、自分の発した言葉の“証拠集め”をするという性質があります。つまり、言葉に合うものを探し見つけようとするのです。

例えば、紅葉を見に、家族と一緒に山の公園に出かけたとします。「今日は紅葉を見に来られて最高だな～、気持ちいい」とポジティブな言葉を口にすると、脳はその証拠を集めようとするので、「最高なもの」や「気持ちの良いもの」を探し出します。だから、「空気がおいしいな～」とか、「紅葉の色がきれいだな～」とか、美しいもの、ポジティブなものを見つけて、実際に気分が良くなります。

逆に、「遠くまで来て疲れたな～、かったるいな～」とネガティブな言葉を口にすると、「あ～、あんな所にゴミが落ちているよ」「ここのトイレ汚いな～なんか臭うぞ」とネガティブなものを見つけて、ますます、嫌な気分になっていきます。

同じ景色を見ていても、実際には自分が見たいものしか眼に入らないということです。そのため、起きていることが同じでも、使う言葉によって感じ方がまったく変わるので。

ポジティブな言葉を使えば、脳がプラス面を探し、その結果、気分もポジティブになる。

ネガティブな言葉を使えば、脳がマイナス面を探し、その結果、気分もネガティブになる。

すなわち、普段からポジティブな言葉を言い続けると、自分も幸せになるし、その言葉を聞かされる周りの人も幸せにすることが出来る。逆に、ネガティブな言葉を言い続けると、自分も不幸になるし、周りの人も嫌な気持ちにさせてしまう、ということです。

だから、幸せになりたかったら、なるべくポジティブな言葉を使うようにし、ネガティブな言い方をする人には近づかない方が賢明です。

そういう意味では、出ればテレビは観ない方がいいですね。何故かという、テレビはどちらかというところネガティブなニュースを多く取り上げているからです。特に、朝からネガティブなニュースを耳にするのは最悪です。一日のスタートが嫌な気分から始まります。

注意してほしいのは、「ポジティブに考える」ということではなく、「ポジティブな言葉を使う」というところがポイントです。

そして、特に、人の悪口は絶対に言ってはダメですね。相手がその場にいようが、いまいか関係ありません。なぜだか分かりますか？・・・その悪口を一番聞いているのは誰だと思いませんか？ちょっと考えてみてください。そう、自分自身が、誰よりもその悪口を聞いているのです。脳は、主語が誰かををはっきり判別できないので、他人のことを言ったつもりでも、それが全て自分に言われていると思ってしまうのです。悪口は、言えば言うほど自分自身が不幸になっていくので、もし、幸せになりたかったら、絶対に人の悪口を言うのはやめましょう。

11月は「ふれあい月間」 いじめは絶対ゆるさない、そしてポジティブな言葉を一つでも多く言うことで、みんなが幸せを感じる環境を作りましょう。

12月の行事予定

日	曜	予定			
			16	木	一斉専門委員会/中央委員会 45分授業
1	水	学年会	17	金	1,2年保護者会 ①⑥カット 再登校 16:00 SC
2	木	3年面談 3年⑥カット	18	土	
3	金	面談(1) ①カット SC	19	日	
4	土		20	月	生徒会朝会 ②カット 研修会 再登校 16:00
5	日		21	火	
6	月	全校朝会 面談(2) ⑤カット	22	水	研修会(QU②)
7	火	面談(3) ②カット 避難訓練	23	木	大掃除 給食終 ③⑤カット
8	水	3年正しい薬の使い方教室⑤ 面談(4)	24	金	2学期終業式 安全指導 職員会 再登校 16:00 SC
9	木	面談(5) ④カット	25	土	冬季休業始
10	金	面談(6) ⑥カット 3年学年会 3年⑤⑥カット SC	26	日	
11	土	土曜授業①～④(学校公開なし) 弁当持参活動可	27	月	
12	日		28	火	仕事納め
13	月	学年朝会 3年学年会 3年⑥カット	29	水	休日
14	火	3年学年会 3年⑥カット	30	木	休日
15	水	入試相談日 研修会(QU①)	31	金	休日

※ 「SC」はスクールカウンセラーの勤務日です。(直通電話 5438-3512)

「引き続き感染予防と健康管理をお願いします。」

東京都の新型コロナウイルス感染者数が、1か月以上低い水準で推移しています。その一方、新たな変異株も報告されており、まだまだ安心できる状況ではありません。学校においては、東京都や狛江市のガイドライン(指針)が基本的にこれまでと大きく変わっていませんので、引き続き感染予防を徹底しながら「出来ることを工夫して」教育活動を行っていきたいと思います。その中で、2月のスキー移動教室(2年)や3月の修学旅行代替行事(3年)の準備を進めているところです。予定通り実施できるように学校生活でも家庭生活でもご協力お願いいたします。