

東輝中便り

第9号



2022.2.1

こんなときだからこそ

「前向き」に

教頭 川口 雅彦

一年で最も寒い季節となりました。自治会をはじめとする校区の関係機関の皆様や保護者の皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。日頃は何かと本校の教育活動にご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

最近、飛躍的に進歩している科学の分野に脳科学があります。その進歩により今までわからなかった脳の仕組みや働きが詳しくわかるようになってきました。その一つに「脳は先に答えをつくる」ということがあるそうです。

それは人間の脳が「できる」と思えば「できる」方向で働きはじめます。「どんな工夫をすれば達成できるだろう」というように、前向きに働きはじめ、実際の行動に移っていきます。逆に「できない」と考えるとうなるのかといえ

ば、脳は「できない」という信号を受け、できない方向で言い訳を考えます。「できそうにないからやめる」というブレーキが働くことになり、行動が消極的になっていくようになります。様々な活動を行う際、最初の心構えが肝心であり、やる前から「できないなあ」と思い込んでしまえば「言い訳する」とうっかりと後ろ向きに働いてしまします。物事に取り組み、生徒の皆さんには、様々な不安要素があるとは思いますが、まずは「大丈夫、できる」と強い思いを持ちながら何事にも挑戦してもらいたいと

思います。

また、似たようなことで「アファメーション」という言葉による思い込みづくりがあります。アファメーションは「自分を肯定する」という意味を持ち、言葉の力を心理に活用する手法です。自分が発する言葉を誰よりも最初に認識するのは、自分自身です。口に出すとき、何かを考えるとときに使う言葉をポジティブに、前向きにすることで、心によい影響を与えます。こうした積み重ねにより、達成したいことややりたい自分に近づいていきます。

例えば面接練習で「姿勢が悪い」と指摘されていけば、「私は姿勢がきれいな言葉に出しながら潜在意識に刷り込めば、ふと鏡に映った自分の背中が丸まっていれば、違和感を覚えて自然と背筋を伸ばすようになるはずだ。ポジティブな言葉を自分のこととして捉え、繰り返すことで願望を現実に向けていきます。北京オリンピックに出場するようなトップアスリートの中にも「この大会で優勝する」「試合に勝つ」などの言葉でアファメーションを取り入れている選手もいるようです。そういうえはよくテレビに出

演しているお笑い芸人で「やればできる!」と一つの持ちネタにして、様々な課題に挑戦する姿を観たように思います。

いよいよ3年生は進路決定の最終段階。人生初めての試験となる人もいるのではないのでしょうか。苦しくプレッシャーもあるかと思いますが、一つ一つ確実にこなしながら「やればできる」と前向きな言葉と強い気持ちで乗り

切ってほしいと思います。すでに2年生には部活動や生徒会の組織などが、3年生より引き継がれていまして、「最高学年、学校の屋台骨」としての意識を持ち、常に前向きな言葉を発しながら取り組んでほしいと思います。1年生は中学生として逞しさが出てきたように思います。この4月には新入生が入学してきます。先輩として東輝中学校のよき伝統を後輩に前向きな言葉で伝えてほしいと思います。

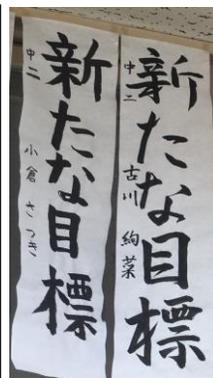
3学期はこれまでの総括の学期です。新型コロナウイルスの影響で、様々なところで規制や制限が設けられ、塞ぎ込みがちで気持ちになりにますが、こんな時だからこそ前向きな気持ちと言葉を大切にしながら、目標に向かって一步一步前に進んでほしいと思います。

最後になりましたが令和3年度も残り2ヶ月足らずとなりました。保護者の皆様や地域の皆様の日頃のご協力とご支援に感謝いたしますとともに、今後ともお力添えをいただきますようどうぞよろしくお願いいたします。

書き初め展示

書き初めの展示が行われました。生徒たちは、廊下いっぱい書き初めを鑑賞していました。

素晴らしい作品については、後日カリフォルニアにおかれて展示される予定です。



表彰

「光秀公のまち亀岡 俳句大賞」

佳作 中学生の部

3年 乾 利央

「入試の日一層濃くなる篠の霧」

3年 湯川 琳登

「とどろかなきりにかすんだばくの思」

第54回京都府アンサンブルコンテスト

木打7重奏 銀賞



生徒会本部の活動

① エコキャップの集計報告

今回のエコキャップは、約3万6000個集まりました。引き続き、取り組みは継続しますので、ご協力をお願いします。

「ポラテニア・スピリット」

アワード・コミュニケーション賞受賞

今年も受賞しました。この賞はポラテニア活動に取り組む青少年を励ます賞で、東輝中学校はこれで9年連続の受賞となりました。



8 中学交流会

生徒会の取組として、亀岡市の8中学校が、自校でどのような取組をしているかを交流する「8 中学交流会」をリモートで、2月8日(火)に実施予定です。生徒会活動が更に活発になるように期待しています。

1年生「志」作文に取り組む

「自らの生き方について、主体的に探求していくこと」を目的に志作文発表会に向けて取り組んでいます。10月に校長先生に趣旨を説明していただき、その後担任の先生と二者面談を繰り返しながら、志作文を完成させました。1月に入り、クラスで全員が志作文を発表しました。どの生徒も自分で作り上げた「志」をみんなの前で真剣に語っている姿が印象的でした。さらにクラスの代表者が2月10日(木)に学年全員の前で発表する予定です。



学校計画集金について

3月1日(月)に第6回振替実施となります。精算月となりますので、振替金額は2月中旬にあらためてお知らせします。



3年生受験中!

2月に入り、いよいよ3年生の受験が本格化しました。すでに他府県の私立高校入試など実施されたところもあります。京都の私立高校への入学願書も次々と出願を終え、受験を迎える季節になりました。10日(木)からは京都の私立高校入試が実施されます。そして16(水)・17(木)日には京都府公立高校の前期選抜も控えています。体調管理に気を付けて日ごろの学習の成果を発揮し、実力が遺憾なく発揮できることを祈ります。

主な予定

日	曜	主な予定
2/1	火	
2/2	水	45分×6 フッ化物洗口 分散下校
2/3	木	前期願書提出
2/4	金	漢字検定③
2/5	土	
2/6	日	
2/7	月	
2/8	火	
2/9	水	45分×6 分散下校 3年生午前授業 4校時 私学入試事前指導
2/10	木	1年生 志作文発表会 3年生 私学入試①(自宅学習日)
2/11	金	建国記念の日 3年生 私学入試②
2/12	土	
2/13	日	
2/14	月	
2/15	火	3年生午前授業 4校時 公立前期選抜事前指導
2/16	水	45分×6 分散下校 3年生 公立前期選抜入試①(自宅学習日)
2/17	木	3年生 公立前期選抜入試②
2/18	金	
2/19	土	
2/20	日	定期テスト前部活動停止
2/21	月	
2/22	火	1・2年生 質問教室①
2/23	水	天皇誕生日
2/24	木	1・2年生 質問教室② 公立前期発表
2/25	金	定期テスト⑤ 1日目(1・2年生)
2/26	土	
2/27	日	
2/28	月	定期テスト⑤ 2日目(1・2年生)
3/1	火	定期テスト⑤ 3日目(1・2年生)

年度末までの主な予定

- ・3月8日(火) 公立高校中期選抜
- ・3月9日(水) 3年生送る会
- ・3月11日(金) 卒業式
- ・3月17日(木) 公立高校中期発表
- ・3月23日(水) 生徒総会 学年集会
公立高校後期選抜
修了式(部活動あり)
- ・3月24日(木)