

8月

令和2年度 原山中だより

いだ かがや ひら
抱け 輝け 拓け

【第5号】令和2年7月31日発行

「自分の機嫌は自分でとる。」

～16日間の夏休み 自分をコントロール～

校長 森角 由希子

強い日差しに向かって元気に咲いている向日葵のように、暑い中でも原山中の子どもたちは、元気に学校生活を送っています。

さて、「この人にはかなわない」という人が、皆さんには、いらっしゃいますか？私にとっては「強力なポジティブ思考」をもつ、お笑いコンビANZEN漫才のみやぞんさんが、その一人です。彼が、「虹の滝の下で1曲歌う」という番組企画で、インド北東部の秘境へ向かったときのことで。滝まで続く6000段もの階段を上らなければならない場面で、彼は「幸せだなあ。もっと上りたいなあ。まだまだ上れる幸せ」と、満面の笑み。この過酷なロケに愚痴の一つも言いたくなくなるどころだと思いますが、「自分の機嫌は自分でとって。人にとってもらおうとしない！」と自分を励まし、笑顔で階段を上り切ったのでした。また、彼がトライアスロンの厳しい練習に励んでいたときも「走っていれば辛いときもあります。でも、“楽しい”にどうやって変えていくかっていうのが、勝負ですよ。そのまま考えていると、人間って不安のほうに流れちゃうと思うので、不安じゃないほうに舵を切っていきたいと思います。」と、客観的に自分の思考をとらえていました。

彼のすごさは、ポジティブ思考、問題解決能力、自己肯定感の高さです。誰しも不機嫌な時はありますが、彼は、前向きな言葉を口にすることで、良運を引き込み、自分の弱点を認めながらも次々と目の前にある問題を乗り越えていきます。そして、苦しいことさえも楽しんでしまうその非凡な才能と笑顔に、多くの人が魅了されるのだと思います。

3か月間の臨時休業期間を経ての分散登校、一斉登校、委員会・係決め、部活動の再開、生徒会活動、期末テスト・・・凝縮された学校生活の中で、原山中の生徒皆さんは、前向きに、よく頑張りました。そして、『新しい学校での生活様式』という環境の変化に順応し、しっかり根を張って、成長してきました。『自分、よく頑張った！』と声に出して、自分で自分をほめてあげてください。

いよいよ明日から夏休みが始まります。体を休め、2学期への英気を養ってください。ただ、夏休みは普段に比べると、つい朝寝坊したり、夜更かししたりしがちです。①起床時刻、②家庭学習開始時刻、③就寝時刻を固定した生活習慣を心掛け、2学期の学校生活をスムーズにスタートさせてほしいと思います。①～③はいずれも「1日の中で自分の意思で時間を決めることができる」ものです。自分をコントロールする(舵を切る)力を身に付けておくことは、この先、社会生活を送る上で、皆さん自身の大きな財産となります。

保護者、地域の皆様には、この1学期間、子どもたちの見守りを、本当にありがとうございました。皆様、生徒の皆さんにとって充実した夏休みが送れるように、そして、2学期には原山中生の元気な姿が見られることを願っています。



日	曜日	週割	8月行事予定	給食		
				1年	2年	3年
1	土		夏季休業日			
2	日		夏季休業日			
3	月		夏季休業日			
4	火		夏季休業日			
5	水		夏季休業日			
6	木		夏季休業日			
7	金		夏季休業日			
8	土		夏季休業日			
9	日		夏季休業日			
10	月		山の日 夏季休業日			
11	火		夏季休業日 学校閉庁日			
12	水		夏季休業日 学校閉庁日			
13	木		夏季休業日 学校閉庁日			
14	金		夏季休業日 学校閉庁日			
15	土		夏季休業日			
16	日		夏季休業日			
17	月		始業式・表彰 大掃除 部活動中止	×	×	×
18	火		身体測定(①②3年 ③④2年) 給食・清掃なし	×	×	×
19	水	A	身体測定(①②1年) 給食・清掃なし	×	×	×
20	木		弁当昼食 6時間授業 内科検診(8組、3-1・2・3) 第3回生徒委員会	弁当	弁当	弁当
21	金		給食開始 試験会場準備のため部活動中止	○	○	○
22	土		教員採用試験(本校会場) 校地内立入禁止			
23	日		教員採用試験(本校会場) 校地内立入禁止			
24	月			○	○	○
25	火		生徒会放送朝礼(体育委員)	○	○	○
26	水	B		○	○	○
27	木		内科検診(1-4・5・6・7) 13:00~	○	○	○
28	金			○	○	○
29	土		課業土曜日	×	×	×
30	日					
31	月	A		○	○	○

7月の安全点検の結果、異状はありませんでした。

悩みを相談できる相談機関

学校生活のことや友達関係のことなど、様々な悩みを相談できます。悩みを聞いてもらうだけで、気持ちが軽くなることがあります。一人で悩まず、ぜひ相談してください。

■さいたま市24時間子どもSOS窓口

0120-0-78310 (フリーダイヤル)

■さいたま市SNSを活用した相談窓口(さいたま市立中・高・中等教育学校の生徒を対象)

※7月15日(午後6時30分~9時30分)から始まっています。

※先日配付しましたリーフレットのQRコードから友達登録をしてください。

お知らせ

8月22日(土)と23日(日)の2日間、さいたま市立学校教員採用選考試験が実施されます。本校は両日とも試験会場となりますので、関係者以外の校地内への立入りを禁止します。御理解・御協力をお願いします。