



# 清流

【校訓】 「叡智を磨き合う」 「友情を育む」 「未来を見つめる」

令和2(2020)年12月24日  
たつの市立揖保川中学校  
発行：校長 嘉ノ海 仁士

## 逆境に対する力「レジリエンス」を自分の中に育てよう！

11月中旬に、アメリカのケネディ宇宙センターから、野口聡一さんら4人を乗せた民間有人宇宙船が打ち上げられました。その宇宙船の名前は「レジリエンス (resilience)」と付けられ、回復力とも訳されます。コロナ禍に苦しむ世界の回復を願っての機体名だそうです。

一方、心理学では、さまざまな逆境や困難な状況に直面した時に、それらを乗り越え立ち直る力が「レジリエンス」と言われています。その逆境に対する強さは、特別な人間だけが持っているのではなく、誰の中にもあり、後天的に身に付けられるものであることが研究で分かってきました。大学教授の小玉正博さんは、「レジリエンスの高い人は、冷静であること、思考が柔軟であること、人と繋がる力(協力を求めることができる力)などを持っている」と言われています。それでは、どうすれば、そのようなことを身につけることができるのでしょうか。その一部を紹介します。



苦しい時でも自分の感情をコントロールすることで平常心を保つことができれば、思考が歪められずに冷静な判断ができます。また、人には考え方のクセがありますが、同じ出来事でも物事の捉え方を変えることで、自分の感情は違ったものになります。さらに、困難な場面において自分の辛い気持ちを話したり周囲の支えに気づいたりすると、周りに感謝する気持ちが自然と生まれてきます。このことが「自分一人ではない」という気持ちにつながり、困難な場面でも前向きに捉えることができます。コロナ禍の中で、いつ何が起きても不思議ではない世の中になりつつあります。だからこそ、この「レジリエンス」を自分自身の中に育ててほしいのです。これからやってくるかもしれない困難に備えて。

### その行動が素晴らしい！(11/10)

11/10(火)の放課後のことです。下校指導を終えて、校長室に戻ろうとした時、自転車に乗られた年配の女性の方が、急いで私のところに来られました。事情を伺うと、買い物帰りに自転車が転倒し困っていたところ、通りかかった4名の2年生男子生徒が、転倒した自転車を起こしたり、散らばった荷物を拾ったりしてくれたそうです。その後、その女性の方は、学校に来られ、感謝の気持ちを伝えられました。困っている人をサッと助けられることって、素晴らしいことです！嬉しくなりました。これを本当の「かっこ良さ」と言うのでしょうか。



### 1年生「飲酒喫煙防止教室」開催！(11/20)

1年生対象に「飲酒喫煙防止教室」を開催しました。学校薬剤師の山本先生をお招きして、アルコールやタバコの危険性等について、スライドを交えながら、丁寧に教えていただきました。改めて、その危険性を認識できました。



### 3年生「薬物乱用防止教室」(12/2)

3年生対象に姫路南少年サポートセンターの方を招いて講演会を実施しました。薬物乱用や依存の実態等、DVDを視聴しながら指導していただきました。薬物の怖さや危険性がものすごくよく伝わってきました。



### 2年生「ケータイ・スマホ教室」(12/18)

2年生対象に、兵庫県立大学、兵庫県警と連携した「ケータイ・スマホ教室」が行われました。スマホは世界と簡単につながりますが、その危険性を十分に認識しなければいけません。

また、この冬休みは、使用時間や使用方法等を自分自身でしっかりとコントロールしてください。



### 全校はば単検定実施！学芸委員会主催(11/20)

全学年対象に「はば単検定」を実施しました。この「はば単」とは、兵庫県のマスコットキャラクター「はばタン」にちなんで名付けられた兵庫県公立高校入試に出題される単語集のことです。昨年度から学芸委員会とタイアップし、英語力を身につけています。ちなみに、80点以上が合格となります。今回のできは、どうでしたか？



### 自動水栓設置、体育館換気扇設置等の工事完了！（2学期）

今年度、コロナ対策として手洗い場やトイレに自動水栓が設置されました。また、体育館には換気扇が設置されました。その他、体育館の屋根雨漏り修理、特別教室のエアコン設置、体育館・武道場等の網戸設置、運動場のグレーチング設置等、多くの工事があり、教育環境は少しずつ良くなっています。

また、現在、GIGAスクールネットワーク工事が行われています。



### 大野SCによる「こころの健康教育」（11/2）

1・3年生対象に、大野SCが「こころの健康教育」の授業を行いました。「心と身体のつながり」についてわかりやすく教えていただきました。その中で、自分でできるストレス対処法や人に相談することの大切さも教えていただきました。あなたは、1人ではありません。困った事があれば、1人で抱え込まずに相談をしてください！その中から解決のヒントが見つかるかもしれません。



### 朝の登校指導、ありがとうございます！

3年生の保護者の皆様には、月1回、校区内の危険箇所での交通立番をしていただいております。朝のお忙しい時間に、ありがとうございます。今後ともよろしくお願いいたします。

学校も警察と連携し、10/20（火）は、JR高架下の北側の井河原産業付近の交差点で、半田校区から自転車で登校している生徒への交通指導を行いました。時間帯規制が一部あるにもかかわらず、通行している車輛も見受けられました。

11/20（金）、12/22（火）は、大蔵ホンダ付近の三差路で河内校区から登校している生徒対象に交通指導を行いました。土手の道路の時間規制が外れてから、この付近を通行する車輛が増えています。今後も十分注意して登校してください。



### 「たつの市中学生サミット」リモート参加（12/5）

コロナの影響で、今回の中学生サミットは、一同に集まらずに、リモートで実施しました。兵庫県立大学の竹内和雄先生のご指導のもと、市内中学校生徒会役員合計18名が参加し、本校からは、木崎生徒会長、山村生徒副会長、上口生徒副会長の3名が参加しました。最初に、各学校の生徒会活動の取組紹介、そして、スマホの特性等を理解した上で、自分たちに何ができるか等をディスカッションしました。

コロナ禍の中での新たな取組で、3名は自分たちの意見をしっかりと述べていました。



| 日   | 曜 | 1月行事予定                     | 給食  |
|-----|---|----------------------------|-----|
| 1   | 金 | 冬季休業 元日                    |     |
| 2   | 土 |                            |     |
| 3   | 日 |                            |     |
| 4   | 月 |                            |     |
| 5   | 火 |                            |     |
| 6   | 水 |                            |     |
| 7   | 木 | ↓                          |     |
| 8   | 金 | 始業式 3年中間考査、1・2年課題テスト       |     |
| 9   | 土 |                            |     |
| 10  | 日 |                            |     |
| 11  | 月 | 成人の日                       |     |
| 12  | 火 | 3年中間考査、1・2年課題テスト           | ○   |
| 13  | 水 |                            | ○   |
| 14  | 木 | SSW                        | ○   |
| 15  | 金 | 防災学習                       | ○   |
| 16  | 土 | 揖龍新人駅伝大会                   |     |
| 17  | 日 |                            |     |
| 18  | 月 |                            | ★ ○ |
| 19  | 火 |                            | ○   |
| 20  | 水 |                            | ○   |
| 21  | 木 | SSW                        | ○   |
| 22  | 金 |                            | ○   |
| 23  | 土 | 西播新人駅伝大会                   |     |
| 24  | 日 |                            |     |
| 25  | 月 | 3年進路懇談会 ノーゲーム・ノースマホデー SC ★ | ○   |
| 26  | 火 | 3年進路懇談会                    | ○   |
| 27  | 水 | 3年進路懇談会                    | ○   |
| 28  | 木 | SSW                        | ○   |
| 29  | 金 |                            | ○   |
| 30  | 土 | 揖龍ふれあい作品展（～2/2 AM）         |     |
| 31  | 日 |                            |     |
| 2/1 | 月 |                            | ★ ○ |
| 2   | 火 |                            | ○   |
| 3   | 水 |                            | ○   |
| 4   | 木 | SSW                        | ○   |
| 5   | 金 |                            | ○   |

★はノー部活動デー（予定変更等の場合はお許しください。）  
土日の部活動については、部によって活動日が異なりますので、★を記載していません。（土日はどちらか1日実施）