



【学校教育目標】自分の可能性を信じ、心豊かでたくましく、しなやかに生きる生徒の育成 文責:堀口

ウェルビーイングの鍵 ～4つの幸せの因子～

6月を迎えました。新学期の緊張感がほぐれてきた一方で、学習や部活動が本格化し、心身ともに疲れが出やすい時期でもあります。

さて、今年度のキーワードとして示している「ウェルビーイング」。これは、心も体もそして社会的にも満たされた「持続的な幸せ」の状態を指す言葉です。では、どうすれば私たちはウェルビーイングな状態をつくれるのでしょうか。ある研究では、幸せを感じる心には「4つの因子（要素）」があるといわれています。

①「やってみよう」因子（自己実現と成長）

目標を持ち、挑戦する心です。結果を恐れず、主体的に行動することが自分を高めます。

②「ありがとう」因子（つながりと感謝）

人との絆を大切にし、感謝する心です。「ありがとう」を伝えることで、孤独を防ぎ心が安定します。

③「なんとかなる」因子（前向きさと楽観）

失敗しても「大丈夫、次がある」と捉えるしなやかさです。ポジティブに捉え、折れない心（レジリエンス）を育てます。

④「ありのままに」因子（自分らしさと独立）

他人と比較せず、今の自分を認める心です。自分の強みも弱みも受け入れ、自分らしく生きることが幸せの土台になります。

中学生の時期は、テストの成績や部活動の勝敗、人間関係など、他人との比較に悩みやすい時期です。しかしウェルビーイングの鍵は、他者との競争ではなく「自分自身の心の持ち方」にあると思います。

保護者・地域の皆様、多感な時期を過ごす生徒たちが、この4つの因子をバランスよく育ていけるよう、学校と家庭が連携して温かく見守っていきたいと思います。ご理解とご協力を重ねてお願いいたします。

防犯教室 <不審者対応訓練と護身術講習>

5月21日（木）に七尾警察署の方をお招きして、防犯教室を行いました。前半は不審者対策訓練、後半は護身術の講習を行いました。

前半の不審者対策訓練では、玄関での教職員の対応や通報の訓練、各教室での生徒の安全確保の訓練を行いました。何かあった時、生徒も教職員もどのように行動するのかが確認することができました。

後半の護身術講習では、大声で助けを呼ぶ練習や「いかのおすし」を確認した後、2人ペアになって、腕をつかまれたときや抱きつかれたときにどのように逃げるかを体験しました。何もないことがいちばんですが、何かあったときにどうすれば良いかを知っておくことが何より大切です。

生徒にとっても、生徒を守る教職員にとっても、よい学びの機会となりました。今後の安全対策に活かしていきたいと思います。



学習の振り返りを大切に ～ T-point ファイルの取組 ～

中島中学校の学習における重点の1つとして、学習の振り返りを80文字でまとめる「T-point ファイル」に取り組んでいます。

学習の振り返りは、「何がわかったか」を整理することで、脳が情報を重要だと判断し、長期記憶に残りやすくなります。＜知識の定着＞ さらに、「できたこと」に目を向けることで達成感が生まれ、学習の継続につながります。＜モチベーション＞ また、「なぜ間違えたか」「どこが理解できていないか」を言語化することで、自分自身の学習の癖や成長の伸びしろを正確に把握できます。＜課題の発見＞ 長年、中島中学校では自作のT-pointファイルに取り組んできました。今後も活用していきたいと思ひます。



なぜ80文字でまとめるのか？

短い時間で自分の考えを整理し、さらに接続詞を使うなどの制約をすることで論理的な文章にする練習となります。また80字を積み重ねることで、小論文や記述問題にも対応する力が身に付くとされています

1年 ピュアキッズスクール ～ネットいじめは絶対にしません～

5月25日(月)に七尾警察署小西さんをお招きして、1年生対象に「ピュアキッズスクール」を開催しました。ネットいじめについて、具体例をあげながらお話をしていたが、生徒は自分事として考えることができました。

子どもたちがネット社会で安全に生きていくためには、学校での指導とともに、ご家庭での見守りとルール作りが何よりも大切です。お子様の健やかな成長のため、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



英検 受検補助が始まります

市では中学生の英語力向上を支援するため、今年度より新たに「英語検定受検料の補助制度」を開始することとなりました。国・県・市では、中3で英検3級の取得率60%を目指しています。補助制度を活用して、英検取得を目指してほしいと思ひます。

- ・対象者 : 英検3級以上を受験する生徒
 - ・補助内容 : 受検料の半額を補助
 - ・補助回数 : 年度内1回まで
- 詳細な申請手順等、決まり次第改めてご案内します。

おめでとう

*** 栄光の記録 ***
女子バスケットボール部
七尾みなとロータリー杯
U15 バスケット中島大会4位

Let's call. オアシスライン

～親子のなんでも電話相談室～ TEL 0767-52-0783

受付時間: 13:00～16:00(月曜～金曜)

相談内容: 悩んでいること、困っていること

*匿名でのお電話で構いません。秘密は守ります。

～オアシスライン担当～

