

学校だより



# 青葉が丘

=小中共通教育目標=

学びの山を登り切ろう

令和7年12月23日

第10号

別海町立上西春別中学校

発行責任 校長 須貝 貴典

## 「新しい年の迎え方」

校長 須貝 貴典

時が経つのは早いもので、年の瀬が近づいてきました。生活時間の流れの中で、この時期は、とても大切な節目の一つです。何となく心がザワザワするのは私だけでしょうか。

先日、札幌市の中学校でスクールカウンセラーとして勤務している方と話をする機会がありました。話題となったのは、「中高生の心の中」という話です。興味深い話だったので、紹介させていただきます。

多くの中高生の中には、秘密の小さな引き出しがあります。この心の引き出しには、一年間のいろいろな思いが乱雑に放り込まれているので整理する必要があります。どのように整理するのか。それは、自分が一番リラックスできる場所で、誰にも言わずに心の奥にしまいこんだ一つ一つの出来事を思い出してみるのです。つらいことや悲しいことがあったら、それを我慢して乗り越えてきた自分、そして成長した自分を褒めてあげることが大切です。

また、自分の近くにいてくれる家族や友人はとても大切な存在なのに、ちょっとしたことでカッとなって、ついひどいことを言ってしまったり、逆に謝りそびれたりしたことはありませんか。そのたびに、中高生の心の引き出しが重くなっていくのです。迷惑をかけたなあ、悪いことをしたなあ、と気になっていることがあれば、勇気を出して会って話をすることが大事です。また、「ありがとう」と言えないままになっていることがあれば、年賀状などに「ありがとう」と書き添えたり、メール等で伝えたりすることをお勧めします。

「謝罪」という言葉と、「感謝」という言葉は反対のような言葉なのに、同じ「謝」という文字が使われています。「謝」は「ごんべんに射る」と書きます。「射」は弓で矢を放つことで、その後ピンと張りつめていた糸がゆるみます。そのことから、「謝」は「話すことで心の負担を軽くしてすっきりする」という意味になるそうです。

一年の終わりにあたっては、自分の心の中を見つめ、大切な人とのつながりを思い返し、感謝と謝罪の気持ちを持って心を整理してみてください。

さて、明日より冬休みとなります。旅行や買い物に行ったり、初詣に行ったりと、人混みに出かける機会も多いのではないでしょうか。交通事故などに気を付けるだけではなく、この時期はインフルエンザなどの感染症にも十分気を付けることが重要です。新型コロナウイルス感染症拡大防止策から得た教訓を基に、体調が悪い時には家で休むことや人混みでのマスク着用、手指消毒の徹底など、自分の健康だけでなく、家族や友人など周りの人のことも考えた「責任ある行動」をとりながら冬休みを過ごしてください。

## ～今月も子どもたちの活躍が見られました～

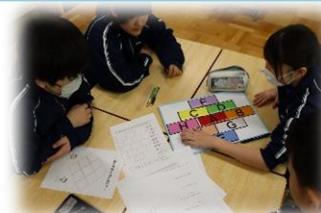
2学期も本日で終了となります。寒い日が続いていますが、感染症による閉鎖もなく、子どもたちが元気に過ごしてくれたことにはっとしています。保護者・地域の皆様には、2学期も本校の教育活動に際しご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

今月の出来事をあげると、生徒会中央委員で応募した「絆づくりメッセージコンクール」で奨励賞をいただき、根室教育局局長より表彰されました。また、別海町文化功労賞の表彰や西公民館主催の「クリスマスの集い」に吹奏楽部とボランティア生徒の参加がありました。

授業では講師を招いて行った人権教室や西春別中学校の生徒と合同で行った道徳の授業、生徒会提案のクリスマスツリーの飾りつけ活動など子どもたちの様々な取り組みが見られ、今学期もいろいろな学びと子どもたちの活躍が見られました。今学期の子どもたちが得た気付きや成長、課題を振り返り、3学期につなげていきますので、来年もどうぞよろしくお願ひいたします。

### ～お知らせ～

- ・来月は1・2年生が西春別中の生徒と合同でスケート学習があります。
- ・冬休み中にスケート少年団6名が全道中体連スケート大会に出場します。
- ・吹奏楽部も冬休み明けに釧路で管楽器個人・アンサンブルコンテストがあります。
- ・26日(月)は幼小中の合同避難訓練(引き渡し訓練)がありますので、ご協力をお願いします。
- ・今年度の西春別地区スケート大会は2月1日(日)になります。



1 木	元旦 年始休業日	学校閉庁日	X				
2 金	年始休業日	学校閉庁日					
3 土	年始休業日	学校閉庁日					
4 日	年始休業日	学校閉庁日					
5 月	冬季休業 13						
6 火	冬季休業 14						
7 水	冬季休業 15	図書館開放日					
8 木	冬季休業 16						
9 金	冬季休業 17						
10 土	冬季休業 18						
11 日	冬季休業 19						
12 月	冬季休業 20 成人の日						
13 火	冬季休業 21						
14 水	冬季休業 22 図書館開放日						
15 木	冬季休業 23		△				
16 金	3学期始業式 特別日課 部活 (14:30~16:30)		○ ○	14:20			5
17 土	釧路地区管楽器個人・アンサンブルコンテスト		△				
18 日			△				
19 月	校務運営委員会		△ ○	16:00	読		6
20 火	ALT 壮行式(朝)		○ ○	16:00	壮		6
21 水	図書館開放日 今井SC来校		○ ○	16:00	読		6
22 木	定例職員会議		×	○	14:40	読	5
23 金	ALT 英語検定 1, 2年スケート授業(西春中も)		○ ○	16:00	読		6
24 土			△				
25 日			△				
26 月	評議会 合同避難訓練6h 新聞の日		×	○	15:25	新	6
27 火	ALT 委員会活動日 清掃カット 1, 2年スケート授業(西春中も)		○ ○	16:00	新		6
28 水	図書館開放日 白鳥号		○ ○	16:00	新		6
29 木	新入生説明会 研修日		×	○	14:40	新	5
30 金	冬の発育測定 ALT 1, 2年スケート授業(西春中も)		○ ○	16:00	新		6
31 土			△				



学校ブログに生徒たちの活動が配信されていますので、是非ご覧ください。