

あいのて

いよいよ富仲祭!
10月号



和泉市立富秋中学校 保健室

今週金曜は、いよいよ富仲祭ステージセクションですね。今年の生徒会目標は、『**大切～優しさを持ち みんなで仲良くつながり合おう～**』です。どの学年、どのクラスも、この目標を意識して取り組めたらいいですね。今年は、感染対策を取りながら、合唱にも挑戦しますね。みんなで協力して1つのものを作り上げるのは難しいかもしれませんが、それ以上に、みんなでつながり合ったときの嬉しさや楽しさを感じてほしいと思います。本番まであと少し！みんなの力を見せてください。当日を楽しみにしています。

「先生、どうしたらいいん？」→「どうしたい？」→「わからん。」

保健室であった会話です。先生は、保健室に来たときの対応を通して、みなさんに学んでほしいこと、身につけてほしい力があります。それは次の3つです。

- ①自分の体や心に興味を持ち、自分を大切にすること。
- ②自分の体や心の状態、気持ちを、自分の言葉で説明できること。
- ③自分で考えて、自分で決めて、行動すること。



特に3つ目は、中学生になったみなさんに身につけてほしいと思っています。もちろん、「自分で考えて、自分で決めなさい！」と丸投げするのではなく、先生も一緒に考えます。「体には〇〇という仕組みがあるよ。」「心には△△という力が備わっているよ。」と知識を伝えたり、「先生は〇〇だと思うよ。」と先生の考え方を伝えたり、「〇〇という方法や△△という方法があるよ。」と選択肢をあげたり、「〇〇して上手くいった人がいるよ。」と情報を伝えたり、考えるお手伝いをします。

「どうしたい？」と聞いたとき、何も考えずに誰かに頼るのではなく、「どうしたらいいかな？」と自分で考えられる人になってほしいと思います。そして、保健室以外の場面でも同じように、自分で考えて自分で決めて行動できるようになればいいですね！
みなさんは今、その力が成長する時期なんですよ。



ちょっぴりポイント✨ 脳は3層構造になっている！

一番内側は… **生きるための脳(脳幹)**

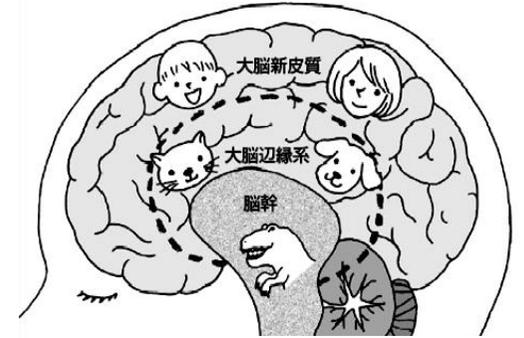
体温・呼吸・血圧など、生きるために欠かせない機能、本能の部分を担当しているところ。

その周りには… **感じる脳(大脳辺縁系)**

大脳辺縁系はいろいろな感情(気持ち)を感じたり、好き嫌いを決めたりしているところ。

一番外側は… **考える脳(大脳新皮質)**

大脳新皮質は、物事の善し悪し(よい・わるい)や真偽(うそ・本当)などを考え、判断し、記憶したり分析したりするところ。



← **今、ここが成長中！！**

みなさんは今、この考える脳(大脳新皮質)が発達している時期です。考えれば考えるほど、成長していきます。一度、普段の自分の生活をふり返ってみましょう。

ひとつのことばを大切に…

富仲祭で「大切～優しさを持ちみんなで仲良くつながり合おう～」を実現させるためには、考えて行動することに加え、言葉も大切にしてほしいと思います。

みんなとつながり合おうとしたとき、気持ちを伝えるには、言葉のやりとりが必要です。言葉は、キャッチボールに例えられるように、強い言葉を投げれば、強い言葉が返ってきます。優しい言葉を投げれば、優しい言葉と笑顔が返ってきます。みんなで仲良くつながりあうためには、どんな「言葉」を使えばいいでしょうか。心と心をつなぐ優しい言葉を選んでほしいと思います。みんなで協力して心に残る富仲祭ステージセクションにしましょう！



『ひとつのことば』北原 白秋
ひとつのことばで けんかして
ひとつのことばで なかなおり
ひとつのことばで 頭が下がり
ひとつのことばで 心が痛む
ひとつのことばで 楽しく笑い
ひとつのことばで 泣かされる
ひとつのことばは それぞれに
ひとつの心をもっている
きれいなことばは きれいな心
やさしいことばは やさしい心
ひとつのことばを 大切に
ひとつのことばを 美しく