

# 自主・創造・根気



狭間中学校だより  
令和8年5月8日

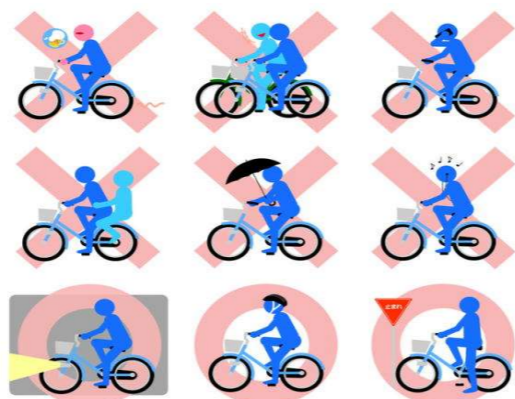
**今年の漢字 「念」** 新年度が始まって1か月がたちました。2、3年生は新しいクラスにも慣れてきたころでしょうか。1年生はまだまだ中学校生活に慣れない人のほうが多いかもしれません。新しい環境で過ごした4月は疲れた人も多いと思いますが、各学年で予定されている、修学旅行や校外学習に向けて、しっかり準備していきましょう。

さて、前回の朝礼で「念(ねん)」という漢字についてお話ししました。「〇〇を念じる」といった形で使われ、「願いをかなえるために心の中で思う」という意味の漢字ですが、私は字の通り「今」を大切に「心」という意味でとらえています。そして自分自身の反省も込めて、忙しい時ほどこの漢字を思い浮かべようとしています。皆さんの中学校生活も、学習や部活動、お習い事やお手伝いなど忙しい毎日だと思いますが、そんな時こそ「今を大切に」過ごしてくれるとうれしいです。

朝礼では生徒指導の枚田先生が「あいさつ」の大切さを話してくれました。翌日の校門では、早速皆さんのあいさつが、前日に比べて気持ちの良いものになり、とてもうれしく思いました。声を出すことや目を見てあいさつするのが苦手な人もいますが、あいさつは周りを気持ちよくさせてくれると共に、自分のやる気スイッチを押す働きもありますので、これからも心がけましょう。

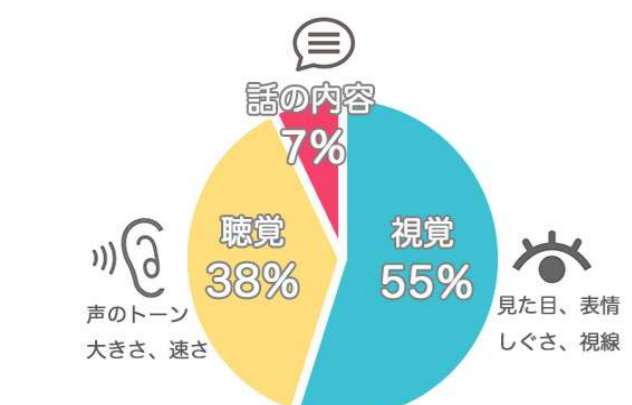
## 交通安全教室 4月14日(火)

三田市危機管理課から交通指導員のお二人をお招きして、全校生徒対象の交通安全教室がおこなわれました。初めて知った人もいますが、4月から自転車についてのルールが大きく変わりました。自転車に関係した事故が増加していることを受け、ルールの徹底が行われます。皆さんも自転車を利用するときはもちろん、歩行者としても事故に巻き込まれないように、お互いルールを守って安全管理につとめましょう。もし登下校中に危険な目にあたり、危ない箇所があるのに気づいた人はすぐに教えてください。地域の方とも相談して対策を考えていきます。



## 着こなしセミナー 4月14日(火)~16日(木)

制服でお世話になっているKANKO株式会社から講師をお招きし、各学年で着こなしセミナーを実施しました。「社会での着こなしを学び、着装のマナーを身につけましょう！」のテーマの下、1年生は初めて着ることになる制服について、2年生はトライやるウィーク、3年生は面接に向けて、大切な話を聞かせてもらいました。



2年生のお話では「メラビアン法則」について教えてもらいました。これは第一印象や先入観で一度悪い印象を持たれると、それを戻すのに何倍ものエネルギーと時間が必要というものでした。また第一印象は数秒で決まるとお話しされていました。皆さんひとり一人が持っている内面のすばらしさが、着こなし一つでマイナスになるのは、もったいない話です。これからの生活で、内面を磨いていくと同時に、正しい着こなし方も身につけていきましょう。

## 1年生ゲートキーパー講演会 4月27日(月)

NPO法人ゲートキーパー支援センターから、理事長の竹内先生をお招きし、1年生対象のゲートキーパー講演会が行われました。「ゲートキーパー」とは悩みを抱えている人へ「気づき」「声かけ」「話を聴く」「つなぐ」「見守る」の5つの役割を持つ人のことです。悩みは誰にでもあるとおもいますが、そんな時に話を聞いてくれる人の存在は、とてもありがたいものです。日本には「お互い様」という言葉があります。あなたが誰かの話を聞いてもらえたなら、今度はあなたが誰かの話を聞いてあげてください。それがお互い様の精神です。話を聞いてあげられなくても、「気づいているよ」「見守っているよ」というメッセージを言葉や態度で示してあげるだけでも、大きな力になると思います。



### 心を落ち着かせるために・・・ マインドフルネス呼吸法

- ・姿勢を正す
- ・頭、首、背中が一直線
- ・息が体に入ってくるのを感じ、出ていくのを感じます
- ・「もうあきた」「他の姿勢に変えたい」と思っても続けます
- ・その気持ちや身体を感じをただ観察します
- ・なるべく何も考えないようにします
- ・何か考えが浮かんできたら、呼吸に集中しなおします

## お知らせ 特別支援コーディネーターの紹介

三田市教育委員会では「令和8年度三田の特別支援教育」の事業推進計画に基づき、各校に特別支援教育コーディネーターを配置しています。本校では1年生学年主任の小山由美子教諭が担当をしています。特別支援コーディネーターは、保護者の方からのご相談窓口としての役割を持ち、支援を要する子どもたちに対して、保護者と共に実態把握や支援方法などを検討させていただきます。また学校の組織的な支援体制の中心として、三田市教育相談支援チーム等の専門家や関係機関との連携もさせていただきます。もし何かお困りのことがございましたら、ご遠慮なく担当までご連絡ください。

5月		最終下校時間 (17:30)
8日(金) 前期生徒総会 SSW 子S	19日(火) 3年修学旅行	
11日(月) 3年実力考査 子S ALT	20日(水) 3年代休 子S	
12日(火) 1年スマホ・ネット人権教室 ALT	21日(木) SC	
13日(水) 2年2組~4組内科検診 子S ALT 学年諸費振替	22日(金) SSW 子S	
14日(木) 1年3組4組内科検診 SC ALT	25日(月) 教育実習(~6/12) 子S 1年夏服販売	
15日(金) 検尿二次 安全点検 子S ALT	学年諸費2回目振替	
17日(日) 3年修学旅行(東京方面)	27日(水) 子S	
18日(月) 3年修学旅行 子S	28日(木) SC	
	29日(金) 1年校外学習(嬉野台) SSW 子S	

※毎週:木曜日 定時退勤日 ※毎週:月・木曜日 ノー部活デー  
子S:子どもサポーター SC:スクールカウンセラー SSW:スクールソーシャルワーカー ALT:外国語指導員

### 《6月の主な予定》

5日 2年校外学習(大阪)	9日 眼科検診	10日 1年耳鼻咽喉科検診	17日~19日 中間考査	19日 総体壮行会 専門委員会
20日~21日 市総体(陸上)	21日 市総体(剣道)	22日 全校朝会	27日~28日 三田市総体 通信陸上	