

生徒指導通信

新潟県立三条東高等学校
生徒指導部
令和元年 12月4日 No.8

○登下校時の確認！

まだ雪は降らないものの、徐々に冬に向かって季節は移り変わっています。登下校時の注意点を、改めて気になる点を確認し、安全に学校へ、自宅へ向かうよう努めてください。

自転車通学 「冬季の積雪時、凍結時は自転車通学を禁止する。(生徒の心得より)」と生徒手帳に記載されています。状況によっては個人の判断で冬季も自転車通学は可能ですが、家の周りだけの状況にとどまらず、学校までの道のりと気象状況をよく確認の上、無理のないようにすること。また、雪は路面になくても、気温が低いので自転車のタイヤのゴムも堅くなり、滑りやすくなることも忘れずに！急な天候の変化に適應できるよう、常に自転車以外の交通手段も想定してください。

徒歩通学 除雪によって道路の道幅も狭くなることも考えられます。2人、3人と横に広がって歩くことのないよう、また道路条件の良いときよりも通学時間がかかることを頭に入れて、余裕を持って出発してください。

自家用車での送迎 4月より何度となく注意していますが、校門前での乗降車は大変危険であり、迷惑です。「短時間だから」「ちょっとくらい」「自分だけ」・・・という考えは持たず、本校の決まりですので、運転される方も御協力お願いいたします。

JR 利用者 通学時に背中に背負うタイプの鞆を利用する場合は、電車に乗車中は背中から下ろして乗車すること。理由として①周りの乗客に迷惑になる(目の不自由な方の顔に当たってしまいケガをさせてしまうケースも有り)、②防犯上、背中にある鞆を勝手にあけられてもわからない。以上のようなことが考えられます。

その他 登下校時のイヤホンは自転車、徒歩、JR 利用に限らず使用は控えること。自転車乗車中の利用では5万円以下の罰金、徒歩は規制されていませんが、周囲の音も聞こえず、特に下校時には不審者に狙われる可能性が大きくなります。また、JR 利用者も電車の入ってくる音が聞こえないことによる危険や、ワイヤレスのものが耳から外れた際にホームから線路へ落ちてしまうことも全国的な話題に上がっています。

頭ではわかっている「やる」「やらない」の行動は自分次第です最低限の決まりを守りましょう！



○ラグビーから学ぶこと② “「目標」と「目的」を明確にせよ”

ラグビー元日本代表主将の廣瀬俊朗氏が2019年11月11日、東京・世田谷区で、約1時間半にわたる講義を行った。廣瀬氏は今夏、TBS系で放送された「ノーサイド・ゲーム」で俳優としてもデビュー。また「ラグビーW杯2019日本大会」では、NHKの解説者も務めた。以下Jcast ニュース HP より (<https://www.j-cast.com/2019/11/12372341.html?p=all>)

『目標』っていうのは、例えば『日本一になる』とか『試合に出る』とか、皆さん、あると思います。それは最後、天候だったり、監督が決めることだったり…。自分自身では決められない。でも、『目的』っていうのは違う。『なぜ自分はラグビーをしているのか』ということ。周囲の子どもたち、クラブハウスを毎日、キレイにしてくれている方々…。そういった方々に『自分の姿勢』を見てもらうこと。ラグーマンなんて選手寿命はそう長くない。皆さん、いずれは引退する。その時に『何を残せたのか?』というのが『目的』だと思います

「もちろん皆さん、『試合に出たい』と思うでしょ。ラグビーに限らず、どんなスポーツでもセレクションは起こる。でも、試合には出られなくても『自分自身は成長している』、『誰かに影響を与えている』…っていうことを考えた方が、健康的。もしくは将来、自分が成し遂げたいことにつながる。そこが大事なポイントかな…って思います」

さらに、

「皆が1.01%を頑張ると、0.99%の力でやるのを毎日、掛け算したら、どうでしょう? 大きな違いが出てくることは明らかでしょ」



さて、このことを皆さんの生活へ置き換えて見ましょう！

朝、遅刻せず朝学習から参加し、SHR、授業、部活動等…等々。目的が明確になっていれば、すぐに結果が伴わなくともその行動に迷いはなくなるのではないのでしょうか。また、生活全体のサイクルが良好な状態で回り続けることになるでしょう。「その場しのぎ」や「目の前の損得」、「楽な方へ」と流されず、本当に価値のある目的に向けた行動をしましょう！

○SNSの使い方を考える。

SNSが何かと悪者のように扱われるニュースが多いのですが、本来このように使われるべきなのではと思われることがニュースとして取り上げられていたので紹介します。

“感動・めがねをかけ突然の涙…視覚障害の少年が見たのは”

米国ミネソタ州に住む12歳の少年は、生まれつき色覚障害を持っており、色を認識することができなかった。

少年が通う中学校の校長先生も同じ障害を持っていることが判明。校長先生の矯正用のめがねを貸すと、初めて色のある世界を見た少年は涙した。

この動画が多くの反響を呼んだことから、少年の母親は矯正用めがねの購入資金を集めるホームページを開設。めがねの料金は350ドルだが、集まった金額は3日間で2万5000ドル以上。これらはすべて色覚障害の子供たちのために寄付されるという。

少年の母親は「会ったこともない子供の力になりたい素晴らしい人が世の中に多くいる。皆さんの愛情と思いやりに感謝しています」とコメント。



○いじめについて考える～今井美穂さん(タレント・個人サポーター)～ (HP 新潟県いじめ対策ポータルより)

いじめる側いじめられる側に共通することの一つは「劣等感」だと私は思います。誰かと比べて自分が出来ていないと思うと、何でもいいから褒められたい、目立ちたい、認められたいなど優越感を持ちたくなるもの。その結果、自分よりも弱い立場の人をいじめて自分を優位にしようといじめがエスカレートしていきます。反対に人と違う特徴を個性として認められずコンプレックスを抱いていると、自分は人と比べて劣っている、自分が悪いなどと感じてしまうこともあると思います。

この劣等感がきっかけで、自分がいじめっ子になってしまうことも、いじめられっ子になってしまうこともあるのではないのでしょうか。

私も学生の頃は劣等感を感じていました。人よりも高い身長がコンプレックスだったし、恥ずかしがり屋で友達作りが得意ではなかったので常に嫌われないように空気を読みながら過ごしていました。そんな自分を変えたいと思い自分の心と向き合って今の私がいます。そんな葛藤の中で気づいたことは、自分に自信を持っている人ってカッコイイということ。自信を身につけることで、人の意見に流されず自分の気持ちに正直に人と接することが出来ると思います。

ではどうやってその自信を身につけるのでしょうか？まずは日常の中に小さな目標を沢山作ってみましょう。今日は元気におはようと自分から挨拶をしてみよう！ありがとうと感謝の気持ちを伝えてみよう！嫌いな食べ物をひとつ口に入れてみよう！などなど何でもOK。頑張ったらクリアできる位の手の届く目標にすることが大切です。そして1日の終わりに目標をクリアできた自分を自分で褒めてあげましょう。そうすることで自然と達成感が生まれ、その積み重ねが自信になっていきます。あとは鏡にうつる自分に向かって「頑張ってるね！」と声をかけてみましょう。人と比べるのではなく昨日の自分より今日の自分ができていることに目を向けることが大事。とつても心が軽くなりますよ。

自信を身につけられない自分になれば、劣等感がきっかけで人を傷つけることも傷つけられることもなくなるはず。まずは自分の心としっかりと向き合ってみましょう！

それがいじめをなくすこと、いじめ見逃しゼロを実現するための第一歩ではないのでしょうか。

新潟県立三条東高等学校 生徒指導部 係：坂爪

TEL 0256(38)6461