

小谷場中だより

教育目標〈自主 協働 創造〉 校 訓〈力の限り〉

川口市立小谷場中学校

〒333-0857

川口市大字小谷場 1 1 5 6 番地

TEL 048 (267) 1055

FAX 048 (267) 1069

2月号 令和5年2月1日

「心の健康」

校長 野本 慶人

厳寒の日が続いております。先週は10年に一度という大寒波襲来により、日本中が凍り付きました。北海道や東北地方では通常の冬の寒さなのかもしれませんが、この気温に慣れていない私たちは「厳寒」と表現してしまうことも無理はないでしょう。寒いと感じると、震えたり、厚着をしたり、暖房器具に頼ったり、何とか体を暖かくしようと工夫をします。それは、生命を維持するための重要な機能であり、自然の行動です。また、スポーツで試合前には必ずアップをしますし、合唱の前の声出しや楽器の演奏前にも音出し等、いいパフォーマンスをするための準備をします。フルコース料理等では、スープやサラダから食べ始め、メインの魚や肉料理を美味しく食べるための準備をします。健康番組では、代謝をよくする、免疫力をアップさせる等、体を効率よく健康に維持するための話題が取り上げられています。

さて、体の健康と同様に「心の健康」も昨今、大きく取り上げられております。心が健康でないと動く気力が出ない等、体調にも悪い影響を及ぼしてしまいます。特に、中学生のこの時期は、気分の良し悪し、心配事の有無、気持ちの高低が日常生活に影響することを経験している人も多いのではないのでしょうか。

今、学校では月1回の「生活アンケート」や学期に一度の「いじめ調査」等、生徒全員から心の健康状態を聞くことをしています。特に「いじめ」という言葉については、少し捉え方に差があるようなので再確認しておきたいと思えます。平成25年いじめ防止対策推進法の制定により「いじめとは、その児童生徒が一定の人間関係にあるものから、心理的、物理的な攻撃を受けたことにより、精神的な苦痛を感じているもの」と定義されました。更に細かい補足や事例も紹介されています。「人間関係のトラブル」や「いじわる」もこの中に含まれています。例えば、こんな例があります。『A君が隣の席のBさんのノートを黙って覗き込むので、Bさんは嫌な気持ちでした。』どう受け止めますか。「これ、いじめ？」と受け取ってしまいがちです。しかし、どう受け取るかは、人により様々です。行為を受けた側が「いやな思い」を感じたら「いじめとして〈認知〉」し、お互いの話を十分聞いたうえでいやな気持ちが〈解消〉するまで見届けます。

「いやな思い」≡「いじめ」の捉えです。

本校の目指す生徒像のひとつに「人を思いやり、自分を表現できる生徒」とあります。今年度も残りわずかですが、「健康な心」で締めくくってほしいと思えます。

冬が終わると、春が来ます。小谷場中に訪れる春をみんなで迎える日を待ち望み、誰もが健康な心身になれることを願っております。志望校に合格した3年生があふれるうれしさを隠し切れない様子で職員室に、校長室に報告にきてくれます。心がその表情に表れている瞬間を感じさせてくれます。♪春よ来い。早く来い。