

中 志高く 2月号

令和6年1月31日(水)

【独立自尊・共存共栄】
 自ら考え学び続ける生徒
 心豊かで思いやりのある生徒
 体を鍛えやり抜く生徒

3年生の背中を見て学ぼう！ 次はあなたの番です。

齊藤 寛

Go for it, 3rd Graders!

「受験は団体戦！」という言葉のとおり、すでに進路先が決定している人を含めて、3年生全員が自らの進路決定に向けて頑張っています。

そして私立高校等の入試を終えて、後は2月21日～22日の県公立高等学校の試験を残すのみとなりました。3年生の皆さんは、結果が出るまで不安が尽きないと思いますが、これまでの2年と10か月間に積み重ねてきた努力を信じて、最後まで全力を尽くしてほしいと思います。

1, 2年生の皆さんは、中学校生活残り1か月半となった3年生の姿から学ぶことも多いと思います。1年後あるいは2年後の自分と重ね合わせて、今できることを地道に続けていきましょう。



「レジリエンス(resilience)」という言葉を知っていますか？

resilience とは？

「レジリエンス」とは、逆境や困難、未知のものに直面した時の粘り強さや適応力、心がへこんでもはね返せるような「心の復元力」のことです。

別の言い方をすれば、「打たれ強さ」といったところででしょうか。川本中出身のパラアスリートである村岡桃佳さんやロサンジェルスドジャースの大谷翔平選手のような一流アスリートは、様々な困難や挫折を乗り越え、結果を出し続けていることから、強靱なレジリエンスの持ち主であると想像できます。

しかしながら、このレジリエンスは、ごく一部のアスリートだけに求められる資質ではなく、未来を生き抜く私たち全員に必要なとされる資質です。そして研究者によると、このレジリエンスは、生まれつきの資質ではなく、筋肉のように鍛えることができると言われています。

ちょっとやそっとのことではへこたれない「打たれ強さ」を鍛える方法を右側に3つ紹介します。

① 自分を肯定する

「私は〇〇です。」という形で、自分の長所や自信をもてることを言葉にしてみます。

長所が見つからない場合は、友達や家族に聞いてみましょう。自分では気づかない面が見つかると思います。

② できることを考える

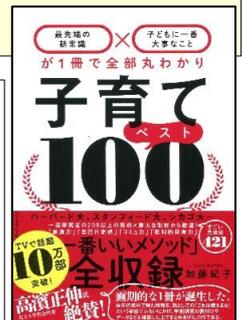
「私は〇〇ができます。」という形で、自分ができるところを一つずつ書き出していきます。友達や家族と一緒に考えると、次々とできることが見つかります。

③ 好きなことを考える

「私は〇〇が好きです。」という形で、自分が好きなことを書き出します。友達や家族と一緒に、交互に好きなことを言い合うと、更に効果的です。

【本の紹介】

今回のレジリエンスのお話は、右の本の内容から引用しています。約4年前に発行された本ですが、いまだに売れ筋の良書です。



大成功！ 令和5年度 志高の会(2年生) 1月25日(木)



私の希望にあふれた皆様が、堂々と大きな声で発表をしてくれて、感動しました。自分には将来の夢を大衆の前で発表する機会がなかったのでもっと素晴らしいと思いました。この様な機会を身元、千回、ありがとうございました。

一人一人が大きな声で発表できていて、成長を感じました。きちんと発表できるのが心配でしたが堂々と発表することができ、嬉しいです。夢を実現できるように応援、サポートしていきたいです。

たくさんの仲間、保護者、先生方の前で、しっかりと将来の夢を持ち、発表している姿を見て、成長した事に感動しました。今の気持ちを忘れず、しっかりと続けて欲しいと思いました。我が子だけでなく、みんなの夢を知り、成長が見られて嬉しかったです。

自分の夢を堂々と発表するのは、本心として大切な事だと思います。友達の夢を聞くと、刺激が伝わっていいと思います。親にもぜひみんなの夢を聞いて、大変重要な経験にしてください。ありがとうございました。

【保護者の皆様の感想から】↑



2年生は2学期後半から、上級学校調べや社会体験チャレンジ事業における職場体験などを行ってきました。そしてその集大成と言える「志高の会」を行いました。

一人一人の生徒が、自らの座右の銘を礎として、将来の生き方や職業について、自分自身の夢や目標を堂々と発表してくれました。保護者の皆様には、励ましの言葉をいただいたり、当日参観していただいたりしました。ありがとうございました。

能登半島地震被災者支援活動



生徒会本部役員と福祉委員が中心となって、募金活動を行いました。お預かりした義援金は、深谷市社会福祉協議会をとおして、全額被災者の皆様にお届けさせていただきます。



生徒、保護者、教職員から 124,114円
深谷駅で通勤中の皆様から 47,119円
合計 171,233円

1月27日(土) 第3回資源回収



保護者や地域の皆様のご協力を得て、第3回の資源回収を行うことができました。集めていただいた資源は、教育活動をとおして生徒に還元してまいります。ご協力ありがとうございました。

| 月 | 曜 | 2月の行事予定 |
|----|---|--|
| 1 | 木 | 生徒評議会 県公立願書郵送日 |
| 2 | 金 | |
| 3 | 土 | |
| 4 | 日 | |
| 5 | 月 | |
| 6 | 火 | 学年朝会 |
| 7 | 水 | アルミ缶回収 |
| 8 | 木 | 登校指導 |
| 9 | 金 | 期末テスト(3年5科) サイトアクセス日 |
| 10 | 土 | |
| 11 | 日 | 建国記念の日 |
| 12 | 月 | 振替休日 |
| 13 | 火 | 期末テスト(3年技能科) |
| 14 | 水 | スキー教室(1年) 進路説明会(2年) |
| 15 | 木 | スキー教室(1年) |
| 16 | 金 | |
| 17 | 土 | |
| 18 | 日 | |
| 19 | 月 | 部活動中止期間 |
| 20 | 火 | |
| 21 | 水 | 県公立学力検査 CBT体験(1, 2年) |
| 22 | 木 | 県公立実技・面接 期末テスト(1, 2年技能科) |
| 23 | 金 | 天皇誕生日 |
| 24 | 土 | |
| 25 | 日 | |
| 26 | 月 | 期末テスト(1, 2年2科) |
| 27 | 火 | 期末テスト(1, 2年3科) 部長会 3年生球技大会(深谷ビッグタートル) |
| 28 | 水 | いじめアンケート(2月分調査) |
| 29 | 木 | 卒業式全体練習 |

自分のために！ 自分以外の誰かのために！