

# 菅田中学校だより

第4号 令和5年(2023) 6月29日  
横浜市立菅田中学校

「互いを認め合い幸せをつくる」 <http://www.edu.city.yokohama.lg.jp/school/jhs/sugeta/>

## 「ハーフ・タイム・デー」 ～自分の立ち位置を考える～

学校長 山口 毅

日頃より、本校教育活動にご理解・ご支援をいただきましてありがとうございます。

6月13日に第44回体育祭を開催いたしました。雨天延期での開催となりましたが、運動・スポーツの価値である「卓越」「友情」「尊敬」を体感できる素晴らしい取り組みを全校生徒が表現してくれたと実感しています。

学期のまとめの時期となりました。生徒の皆さんは、以下を参考に夏休み前の準備を整えていきましょう。

◆一年のちょうど半分となる6月30日を「ハーフ・タイム・デー」と呼ぶそうです。一年の折り返しを意識して、半年の成果を振り返るよい機会でもあります。新年に今年の抱負や目標を立てたと思いますが、半年たった今、目標の進み具合はどうでしょうか。

ハーフ・タイム・デーは、自分の立ち位置を考えるきっかけとして、とても役に立つと思います。7月を迎えるにあたり、今までの自分を自分で振り返ってみてはどうでしょう。

できれば、4月からではなく、1月からの自分を振り返ってみてください。そして、今ある自分の課題を見付け、さらにこれからの半年に向け、取り組みを再確認してみる。なりたい自分や目標にどのように近づけていくかを検討して実行する。

年末には、丁寧な振り返りをしたいものです。1年生は、自分を大切にすること。そのために、学習して自分を鍛える。2年生は、自分と向き合う。そのために、人の話をしっかりと聴く。3年生は、志を持つ。そのために、あきらめることなく、努力を積み重ねる。これからの半年を想像して、新たな自分自身を磨く方法を考えていきましょう。

◆「時を守り、場を清め、礼を正す」これは教育学者で哲学者でもある森信三(もり のぶぞう)さんの言葉です。

「時を守り」とは、時間を意識することです。学校でも家庭でも誰もが時間を意識して行動し、約束された時間を守ることができれば学習に集中することにつながります。時間でリズムよい生活ができれば、心にゆとりを持ちながら生活を送ることができます。「場を清め」とは、身の回りを美しく整えることです。掃除を一生懸命行う人は、自分の心を磨くことになる。誰も気が付かない所を進んで掃除する人が増えれば、潤いのある生活・学校となっていきます。「礼を正す」とは、礼儀を尽くすことです。さわやかな挨拶は人の心を動かし人間関係を円滑にすることができます。時に明るい挨拶は人を元気にしてくれます。気持ちを込めた挨拶は、人との関係を深めることにつながります。

「時を守り、場を清め、礼を正す」という基礎・基本を少しずつ前進させ、家庭でも学校でも成長ある生活を送っていきましょう。

◆最近、ニュースやSNS等の情報を見たり、聞いたりする中で、閉塞感や不安を感じるようになった気がしています。それは、私たちが真面目で責任感が強く、情報を知ること・実情を知ることに関心になって、他者の境遇を私たちの苦難のように受け止めてしまう状態になることから生じているのだと思います。

このような状態を精神医学では「共感疲労」と呼んでいるそうです。マスクを外し、身体を動かしながら時にはニュースやSNS等の情報から離れ、遠くの木々を眺めたり、時間をつくり早朝の道を散歩したりしてこの共感疲労を癒してみよう。

これからの季節は、蛍を見ることができます。ここ横浜市は、ホタル観賞スポット【こども自然公園、久良岐公園、横浜自然観察の森、小菅ヶ谷北公園、舞岡ふるさと村虹の家、小雀公園、四季の森公園、北八朔公園等】がいくつもあると聞いています。出かけてみるのもいいかもしれません。