



かんせいちゅうがっこう 寛政中学校だより

だいごう
第4号

れいわ ねん がつ にち かんせいちゅうがっこう
令和7年7月17日 寛政中学校

「幸せはどこにある？ ～幸せを運ぶ力」

こうちょう なかむら まさかず
校長 中村 雅一

■今この瞬間にある「幸せ」とは

前号では「進路に正解はなく、自分で選ぶことに意味がある。自分の道を自分で歩む覚悟を育んでほしい」とお伝えしました。今回は、その続きとして、「幸せ」について考えてみたいと思います。

夢を追いかけることや成功を目指すことは、とても素晴らしいことです。生きる力を与えてくれます。でも、それだけが「幸せ」ではありません。夢や成功は、多くの場合、「もっと〇〇したい」という“欲望”の表れでもあります。そして、欲望には終わりがありません。一つの目標を達成すれば、また次の目標が現れます。

そのため、「幸せになるために頑張る」つもりが、いつのまにか「まだ足りない」「もっと頑張らなくちゃ」と、自分を追いつけてしまうこともあります。「幸せ」をゴールや目的地のように捉えてしまうと、いつまでもそこにたどり着けないかもしれません。

■幸せは「今、この瞬間」にある

では、どう生きればよいのでしょうか。私が思うのは、「今、この瞬間を大切にすること」です。

誰かと笑い合えたこと、自分で「これだ」と決めた瞬間や、何かに挑戦したり夢になった時間、自分らしさを実感できたとき。そんな小さな瞬間を積み重ねていくことで、気づけば「ああ、幸せだな」と感じられる心が育っていくのではないのでしょうか。

夢や目標に向かって努力することは大切です。でも、「夢が叶わなければ不幸」「成功しなければ意味がない」なんて思わなくて大丈夫です。幸せは未来のどこかにあるものではなく、「今ここ」にもちゃんとあるのです。そのことに気づける心を、自分自身で育てていきましょう。

■世界を想う「幸せの感性」

私たちは日々、自分の意思で物事を選びながら生活しています。しかし、その「選ぶ自由」が当たり前でない人たちも、世界にはたくさんいます。

たとえば、地震で家を失った人々、戦争の中で明日を生きられるかわからない子どもたち、差別や偏見に傷つけられている人々、教育を受けたくても受けられない子どもたち。そんな人々にとって「幸せ」は、とても遠く感じられるかもしれません。だからこそ、私たちは考える必要があります。「今、この瞬間、自分にできることは何か？」「自分の選択や行動で、誰かの痛みに寄り添うことはできないだろうか？」と。

たとえば、

- 被災地や紛争地への募金やチャリティーに参加する
- 世界の出来事に関心を持ち、図書館で調べ考える
- 異なる立場の人の話を、想像力をもって聴いてみる

- ・SNSの発信、やり取りでは思いやりのある言葉を選ぶ
どれも小さな行動かもしれませんが、その一歩が誰かの心を照らす力になることがあります。

■「誰かを想う力」とウェルビーイング

「幸せは、自分だけのものではない。」自分が選んだ道の中に「誰かを想う力」があるとき、その道はより深く温かくなります。

そうして他者とつながっていくとき、私たちは「happiness（幸福）」を超えて、「Well-being（ウェルビーイング）」という状態に向かっていきます。ウェルビーイングとは、身体的・精神的・社会的に良好な状態のこと。これは、目指すゴールではなく、日々の生き方の中から育まれるものです。

■幸せを「運ぶ」存在として

皆さん一人ひとりが、日々の小さな幸せに気づき、それを大切に育んでいくこと。そして、その幸せを、もっと誰かに手渡していくことができたなら、きっと、クラスも学校も社会も、今よりもっと優しく明るい場所になっていくはずです。自分のために、誰かのために。「幸せを運ぶ人」として、一歩ずつ歩んでいってほしいです。

■3年2組 松本彩花さんの「鶴見区国際平和スピーチ」(6月23日)

おわりに、『普通教育をあたりまえに』と題してスピーチした松本さんの言葉の一部を紹介します。彼女は「児童婚」の問題を取り上げ、教育格差が生じる背景に目を向け、次のように語りかけました。

「教育を受けられる国と受けられない国がある現実に対して、私たちができることはないのでしょうか。日本から遠い国で起こっている問題だからと、他人事にはしてはいけないと思います。世界中で、当たり前の教育を普通に受けられる未来を創っていくのは、私たちに託されていると思います。それと同時に、何事に対しても感謝のできる、その時間を大切にできる自分になりたいと思います。」
(令和7年7月17日)

きょうと な ら しゅうがくりょこう 京都・奈良修学旅行

6月3日～5日の3日間にわたって、京都・奈良への修学旅行を実施しました。

1日目は奈良公園付近の班別行動。雨の中の活動だったのですが、東大寺の大仏は想像以上に大きく、迫力がありました。また、あちこちを闊歩する鹿たちとも触れ合いました。帰りは自分たちだけで奈良から、ホテルのある京都まで移動でしたが、無事に帰ってくることができました。夕食は



洋食のコース料理。ナイフとフォークに苦戦する生徒もいましたが、和やかな食事タイムとなりました。

2日目は、京都市内をタクシーで班別行動をしました。タクシーの運転手さんの絶妙なアテンドのもと、神社・仏閣・観光スポットにグルメと、初夏の京都を満喫することができたようです。レンタルスマホの写真フォルダには、どの班も楽しそうな写真が数多く記録されていました。



生徒たちの感想では、金閣寺や清水寺での景色などが印象に残ったようです。今回、残念ながら拝観できなかった場所は、いつか訪れる機会があるといいですね。

3日目は、バスで移動。まずは北野天満宮へ。参拝の後、水みくじをしたり、撫牛をしている姿が見られました。その後は、嵐山へ。竹林を散策したり、お土産を買ったりと思い思いに過ごしていました。最後は生八つ橋づくり。粉をこねて、生地から作りました。食べてもよかったのですが、お土産にした生徒も多かったようです。



班別行動では、どの班も、計画にもとづいて自分たちで考えながら行動していく様子が見られました。また、3日間ともに、お互いに楽しく過ごせるように、気配りをし、声をかけていたと思います。

中学校生活も3年目を迎え、着実に成長していることを感じることであった行事でした。この経験を活かし、さらなる成長につなげていってほしいと思います。



各学年で保健学習を行いました

7月3日(木)1年生「たばこの害」2年生「未成年飲酒」3年生「薬物乱用防止」の保健学習が行われました。

—たばこの害—

<三大有害物質>

- ニコチン：依存症を引き起こす。血液の流れを悪くする。
- タール：発がん性物質。肺が黒くなる。
- 一酸化炭素：体の中の酸素が少なくなる。(酸欠状態)

—未成年飲酒—

- ① ぞう：臓器に影響がある
- ② の：脳細胞への影響が大きい
- ③ い：アルコール依存症になりやすい
- ④ せ：成長が遅れるおそれがある
- ⑤ き：急性アルコール中毒になりやすい

—薬物乱用防止—

<薬物乱用とは>

- ① 医薬品を正しい目的以外で使うこと。
- ② 医薬品以外の化学物質などを、不正使用すること。

間違った目的で薬物を使用する行いは、たとえ1回だけの使用でも「乱用」となる。

～乱用は精神状態に強く影響します～

幻覚・被害妄想・無気力・判断力の低下

正しい知識と強い意志をもって、かけがえのない自分を大切にしましょう。

成人になると、色々なことを自分で意思決定するときがきます。

そのような時には、正しい知識を持って適切な判断ができる人になってほしいと願っています。

7月8日(火)講師をお招きして「生と性の教育講演会」を行いました。

命の大切さを考える授業をして頂き、8キロある妊婦体験ジャケットを着て、妊婦さんの大変さを実感したり、赤ちゃんの人形を順番に抱っこして、思いやりや優しさの必要性を感じていました。自分の命も他の命も大事にできることの大切さを学ぶ機会でした。



8・9月の主な予定

8/18(月) 席書大会 (潮田中学校にて)
8/27(水) 授業再開
8/28(木) 横浜子ども会議
8/28(木)～9/1(月) 教育相談
9/8(月) 放課後学習会

9/11(木)・12(金) 前期期末試験
9/17(水) 5組職場見学 (AGC サンスマイル)
放課後学習会 (特別講座)
9/19(金) PTA実行委員会
9/26(金) 3年生英検1次試験

スクールカウンセラー来校日:

8/28(木)、9/2(火)、4(木)、9(火)、11(木)、16(火)、18(木)、24(水)、30(火)

火曜日: 柳澤 千晶 SC、木曜日: 池澤 千夏 SC が担当いたします。

※9/24(水)は池澤 SC が担当いたします。