

◆基本目標

将来の目標を持ち心身ともに成長する生徒

- 教え学びあう生徒
- 協力し奉仕する生徒
- 健康に生活する生徒

発行責任者 校長 名和 勝紀

茶中だより

令和5年度 第8号

後期生徒会役員による



校長先生との意見交流会

学校ホームページでも生徒の活動の様子を掲載しております。カラー版の学校だよりもぜひご覧ください。
<https://www.townhamanaka.jp/chanaichu/>

心の制御装置の点検を！／叱るのは苦手？

校長 名和 勝紀

自動車は便利なものです。ガソリンさえ入れておけばどこにも行きたいところへ走ってくれます。しかし、動かすことができても止め方を知らないで大変です。またスピードを出し過ぎていると、止め方を知っていても急には止まらないので大事故につながります。そこで、およそ動くものには、「制御装置」というものがあります。生徒の皆さん、皆さんの「制御装置」はどうでしょうか。友だちとのこと、部活でのこと、言葉や行動にしっかりと「制御装置」をきかすべき時にきちんときいていますか？無責任な言葉・人を傷つける言葉・行為を平気でやっていませんか？今一度、一人一人点検してみてください。

さて、子育ての中で親が悩むことの一つに、悪いことをした我が子の叱り方があります。「叱るよりも褒めること、長所を伸ばしてあげること」は、子育てに限らず、人間関係を築くための原則ですが、子どもが人として間違っただけをしたらそれを叱るのは、親の大切な役目なのです。叱れない親が、子どもをダメにした例はたくさんあります。お子さまの健全な成長には、親が本気で叱る・説教をする・話して聞かせることは避けて通れない道です。

しかし、そもそも叱ると怒るは違います。「叱る」は相手の成長や間違いを正すためにする行動で、「怒る」は感情をぶつける自分本位の行動、という違いがあります。日頃、子どもに対してつい「叱る」から「怒る」になっていないでしょうか？時にはなってしまうこともあると思います。そんな時は叱ると怒るの違いを思い出してみてください。何度言っても伝わらない、子どもが感情的になる、そんなときは叱っていたつもりでも怒っていたのかもしれない。叱るということは子どもの成長のために愛をもって伝えることです。怒って感情的になっていては伝えたいことがうまく伝わっていない可能性があります。叱る目的を私たち親が冷静に捉え、理解することが大切かもしれません。

叱るときに注意したいこと

1. 殴ったり蹴ったり暴力は絶対に使わないこと。暴力を受けて育った子どもは、なんでも暴力で解決しようとして、さらに大きな問題を起こします。また、暴力で親に逆襲する悲劇が起きています。
2. 前の事例を出さないこと。「またやった。あれだけ言ったのに。」また、兄弟姉妹や友だちとの比較で叱らないこと。「お兄ちゃんはこんなことなかったのに、あなたは どうしてこうなの？」子どもとの信頼関係は一度切れると回復にとてつもなく時間がかかります。
3. 叱るときは「具体的に、短く、何が悪かったのか」ことの経過や子どもの心情に問いかけて叱ります。
4. 「お母さんは…」のように、主語をつけて話すこと。子どもにも主語をつけて話します。「○○君は…、○○さんは…」
5. 父母・祖父母・兄弟姉妹で役割(叱る役、なだめる役など)を決めて、叱られて苦しくなった子どもの心を受け止めたり、逃げる場を用意すること。
6. 叱った後の内面の動きを察して、アフターケアをすること。

叱る=愛情ということが子どもにも伝わると、子どもの様々な成長に繋がります。そのためには、叱った後のフォローが重要です。①引きずらないこと、②改善したら褒めること、③あなたの為に叱っているよと伝えること、この3点がポイントです。まずはきちんと叱る、それが終わったらその空気を引きずらずに切り替えましょう。声かけとしては「はい、このお話は終わりー！」「よし、ごはんを食べよう！」など、こちらから気持ちを切り替えられるように促して下さい。そして叱ったことができるようになったら思いっきり褒めましょう。これによって善悪の区別がつくだけではなく、子どもの自己肯定感も高まります。叱ると褒めるはセットだと理解すると良いかもしれません。

大切な存在だから叱ったんだよ、ということを伝えるのもっと良いです。叱りたくて叱っているのではなく、自分のためだったんだよと子どもが理解できれば、肯定的に受け止めてくれるはずですよ。叱ったあとはぎゅっと抱きしめてあげるのもおすすめです。

インフルエンザ予防対策

出席停止期間は、発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日経過するまでです。

11月に入り、各地で「インフルエンザ」の感染者が急増しております。これからの時期、さらに拡大することが予想されますので、ご家庭でもう一度、感染予防について意識していただきたいと思ひます。

感染経路は「飛沫(ひまつ)感染」と「接触感染」

- うつさないために 咳エチケットを心がけよう!!
- かからないために 手洗い・消毒をしよう!!



- ～インフルエンザ感染予防のポイント～
- ☑ 風邪症状のある時のマスク着用
 - ☑ 適度な湿度を保つ(50～60%)
 - ☑ こまめな換気
 - ☑ 十分な休養とバランスの取れた栄養摂取

親子のための相談LINE

専門相談員が子育てや親子関係の不安や悩みを気軽にいっしょに向き合います!!

匿名可能 匿名(LINE上のアイコンとニックネーム)でも相談できます。

秘密厳守 相談内容の秘密は守られます。

こんなことを思ったら、相談してください。

CASE 01 子どもの場合

- お父さんやお母さんに
 - 痛い思いをさせられる
 - 嫌な思いをさせられる
 - 無視される など…

CASE 02 親の場合

- 子どもが何度言っても言うことを聞いてくれないから手を上げてしまいそうになる
- イライラして子どもに当たってしまう
- 子どもとどう接すればいいかわからない


相談方法はこちらのQRコードから

心の教育推進キャンペーン

保護者や地域のみならずも生徒のためにご協力をお願いいたします。

北海道心の教育推進会議では、「子どもたちに生命を尊重する・他人(ひと)を思いやる・美しいものに感動する」などの「豊かな心」を育むことの大切さを、家庭・学校・地域・企業・団体などへ普及・啓発する活動を展開しており、特に11月を強調月間として取り組みを進めてきました。

茶内中学校でもこの趣旨に賛同し、生徒の豊かな心を育むため、生徒会の「あいさつ運動」や全校生徒を対象に「人権教室」などの活動を進めてきております。また今後も、引き続き「北海道心の教育推進キャンペーン」の活動を応援していきたいと思ひます。



令和5年度 人権教室のようす

日	曜	12月の学校行事	下校バス 部活バス
1	金	参観日・学級懇談 5時間授業 職場体験発表会(部活動なし)	14:30 X
2	土	数学検定	
3	日	中体連(スケート) 卓球トレーニング	
4	月	朝会 性に関する学習(1年) 茶小乗り入れ授業(放課後学習)	16:00 17:30
5	火	性に関する学習(2年) (放課後学習)	16:00 17:30
6	水	5時間授業 CRT (部活動なし)	14:45 X
7	木	専門委員会 AED実技講習(2年)	16:00 17:30
8	金	霧多布高校訪問(全校) (放課後学習)	16:00 17:30
9	土		
10	日		
11	月	〈放課後学習〉	16:00 17:30
12	火	EBE協議会〈放課後学習〉	16:00 17:30
13	水	(部活動なし)〈放課後学習〉	16:00 X
14	木	性に関する学習(3年) (放課後学習)	16:00 17:30
15	金	〈放課後学習〉	16:00 17:30
16	土		
17	日		
18	月	指導主事訪問	13:00 14:45
19	火	大掃除①	16:00 17:30
20	水	大掃除② 移動図書 (部活動なし)	16:00 X
21	木	大掃除③	16:00 17:30
22	金	2学期終業式 小中合同研修会 3学年年末テスト範囲発表(部活動なし)	13:15 X
23	土	冬期休業(～1/15まで)	
24	日	This Christmas, I hope	
25	月		
26	火		
27	水		
28	木		
29	金	学校閉庁日	
30	土	学校閉庁日	
31	日	学校閉庁日	

職場体験学習

働く意義には、お金を稼ぐため(経済性)・社会に貢献するため(社会性)・自己実現をなすため(個人性)などがあります。

10月26日(木)・27日(金)の2日間、今年度も浜中町と厚岸町の企業や学校・役場に協力していただき、職場体験学習を実施しました。今回の職場体験については、12月1日(金)に体験発表会を予定しておりますので、お時間のある方はぜひ茶内中学校までお越しください。



浜中町・厚岸町の関係者の皆さまありがとうございました!!

～ご協力いただいた企業・施設～

【浜中町】※敬称略
・浜中町立診療所・湿原センター
・セイコーマート石橋・浜中消防署
・茶内小学校・浜中小学校・茶内保育所

【厚岸町】※敬称略
・ネイパル厚岸・ヘアスペース HAL
・鈴木旅館・さくら幼稚園・厚岸森林組合

後期 生徒総会

10月31日(火)、新規役員による後期生徒会が行われました。それぞれの学年で学級討議を行い「学校生活に対する問題意識・要望」を持つように努めました。新生徒会のみなさん、有言実行でこれから1年間しっかりと活動を行い「よりよい学校生活」を送れるように頑張ってください!!校則の見直し…期待していますよ。



来年度の「学校グランドデザイン」について校長先生は動いています。みんなの意見で学校を変えていってください!!

生徒会長

生徒会事務局

生活委員会

保体委員会

図書委員会

放送委員会

食育授業

人の味覚形成は、3歳頃までに土台ができると言われているため、その時期の食事は特に重要です。

11月7日(火)、1年生を対象に食育の指導が行われ、栄養教諭の川面さんが来校されました。授業では、「糖分をたくさん含む飲料水」を過剰摂取すると生活習慣病になる恐れがあるなど、体に与える影響について詳しく指導してくれました。自分の身体の健康維持のため、飲料水の摂取量には気を付けて生活しましょう!!



食事以外で摂ってもいい砂糖の量は…約200キロカロリー
糖質は1gあたり4キロカロリーなので1日50gまでです!!

～成長期の子どもに対する食育とは～

■様々な経験を通じて、「食」に関する知識とバランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むこと。生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるべきものと位置付けられるとともに、様々な経験を通じ「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得、健全な食生活を実践することができる人間を育てるもの。

炭水化物=糖質+食物繊維
※500ml ペットボトルの場合
100mlあたり11g×5=55g
注意! 砂糖の量 55g



★注意!!ペットボトル症候群(糖尿病性昏睡)★

糖分が含まれている甘い清涼飲料水を大量に摂取することで血液中のブドウ糖やケトン体と呼ばれる成分が異常に高くなり、喉の渇き・多尿(尿量が多い)・倦怠感・腹痛・嘔気などの症状が現れ、ひどくなると意識が低下し、昏睡状態に陥ることもある。



スマホ・ケータイ安全教室

10月30日(月)全校生徒を対象に「スマホ・ケータイ安全教室」が実施されました。KDDI スマホ・ケータイ安全教室の山田様を講師として招き、①動画投稿がきっかけの誹謗中傷②ネット上での出会い③ゲーム依存について、それぞれ講演をしていただきました。

ご家庭でも今一度、スマホの正しい使い方やルールについて話し合ってみてはいかがでしょうか?



講師からの質問に答え、さすが3年生と褒められてました。

ネットに夢中になりすぎていませんか?いくつか当てはまるか確認してみましょう

- ネットに夢中になっていると感じる
- 思っていたより長時間ネットをしてしまう
- 長時間ネットをしなければ満足できない
- ネットで人間関係が悪くなったことがある
- 時間を減らそうとして失敗したことがある
- 熱中しすぎを隠すため嘘をついたことがある
- 時間を減らそうとするとイライラを感じる
- 不平等から逃げるためにネットを使う

3~4回 不適切な使用の可能性大 / 5回以上 ネット依存の可能性大

家庭のルールを作りましょう

	代表的なトラブル	ルール例	YouTube 参考動画
人間関係	文字トラブル 誹謗中傷、いじめ	人が嫌がる事 迷惑になることは しない、書き込まない	
依存	長時間利用 高額課金	利用時間を決める お金がかかるアプリの 利用は相談して決める	
出会い 犯罪	性犯罪、誘拐、 詐欺、脅し、 炎上、個人情報流出	知らない人とは やり取りしない、会わない 不適切な投稿をしない 個人情報を書き込まない	

フィルタリングを設定しましょう

スマホの利用にはこのようなリスクがあります!!

- ◎違法・有害情報に触れるリスク
インターネット利用時に、違法・有害情報を閲覧してしまうリスクがあります。また、有料・詐欺サイトへ誘導されることや、その先でウイルスに感染する可能性もあります。
- ◎SNS等でのトラブル
SNS やインターネットで知り合った相手と安易に直接会うことや、動画撮り画像を送ることは危険です。また、誹謗中傷コメントを発信することは絶対にやめましょう。
- ◎スマホ依存
スマホは便利で日常生活には欠かせないものですが、使い過ぎは生活習慣の乱れや睡眠不足につながり、健康や学習にさまざまな影響を及ぼします。

ふるさと道徳



11月13日(月)、今年も3年生を対象にハーゲンダッツジャパン(株)さんのご協力により、東京～浜中間をZoomでつなぎオンライン授業が行われました。授業ではクイズ形式の楽しいものや仕事内容・ハーゲンダッツのこだわりについてなど詳しく説明していただきました。そして後日、3年生宛てに届いたハーゲンダッツアイスはみんなで美味しくいただきました。本当にありがとうございました。

年間でも売り上げが高いフレーバーは…
1984年に日本に上陸した時から毎年変わらず、
ミニカップのバリエーション!

- ハーゲンダッツアイスクリームは、1961年にアメリカで生まれました。高品質なミルクをイメージさせる北欧の都市"コペンハーゲン"とそれに響きのあう"ダッツ"という語呂の良い言葉を組み合わせさせた造語だそうです。
- ハーゲンダッツと他社のアイスクリームでは同じ大きさでも重さが違います。実際に測ってみると…ハーゲンダッツのほうが何と100g以上重いそうです!!



職業調べ発表会

11月17日(金)、1年生総合的な学習の時間に進めてきた「キャリアステップ学習～将来への関心を持とう～」の発表会が体育館で行われました。様々な仕事についてしっかりと調べていて、パワポもわかりやすく素晴らしい発表会でした。



～キャリア教育とは～

■若者がキャリア※1を形成していくために必要な能力や態度の育成を目標とする教育的働きかけです。キャリアの形成にとって重要なのは、「自らの力で生き方を選択していくことができるよう必要な能力や態度を身に付けることにあります。

※1「仕事で得た経歴・経験」という意味があります。さらに、「人生を通じて持続性や継続性がある概念」としても使われる言葉です。