



岳

つくばみらい市立伊奈中学校
生徒指導だより

No. 3

令和5年11月2日

～安全に 気持ちよく 学校生活を送るために～

自分を近くで見ている、もう一人の自分がいる

2学期に入り1か月が過ぎようとしています。稲穂祭を目前に控えて、規律正しい生活力を高め、団結して、行事を成功させていきましょう。

さて、長かった夏がようやく過ぎ、秋を感じる季節になってきました。夏の代名詞の1つの甲子園では、優勝した慶応高校が話題となりましたが、その他に「日大キラー」としてベスト8に入ったおかやま山陽高校がありました。おかやま山陽高校監督の堤さんはジンバブエの野球代表チームの監督を務めるなど異色の経歴をもつ方で、野球部の66か条の部訓も各メディアで取り上げられました。「このチームを他人に自慢できる。」「唯一平等なものは1日が24時間であることを知っている。」「やらされているか、やっているのかの違いは、自分の意志があるかないかだけであることを知っている。」「全員がキャプテンのつもりで行動している。常に全体と自分のことの両方を考えている。」など、なるほどと思うものが多かった中で、今回取り上げるのが次の内容です。

「常に凛としている。立振舞い・言動・行動を近くで見ている、もう一人の自分がいると信じ込める。」

昔から「神さまは見ている」と言われてきたものですが、私たちは「自分を注意する誰か」が見ていないと手を抜いたり、良くないことをしたりする場合があります。学校であれば掃除や学習、部活動などの場面が当てはまります。例えば親や先生に見られている時と、見られていない時では行動が変わるでしょう。どのように変わるのでしょうか。全く何も変化しない人もいますが、リラックスする一方で、気持ちのゆるみ、自制心のゆるみ、いい加減な気持ちの高まりなどが当てはまるのではないのでしょうか。

親や先生などの存在はやがて無くなるものです。そのような存在に頼らないと良く行動できないのであれば、大人となった時に自分自身の社会生活そのものが難しくなります。ですから、自分自身を見ている自分、自分を観察している自分を意識することで、客観的に自分自身を把握して、より良い行動につなげることができるというのが、この部訓の目指すことでしょう。

このような意識や考え方を「メタ認知」といいます。メタとは「より高い次元の」「超越した」という意味です。メタ認知の高い人は、自分だけでなく、他の人の意識に対しても客観的に捉えることができるため、怒りにとらわれず、パニックになりにくく冷静であったり、物事を多角的に捉えて柔軟性があつたり、人への配慮ができたり、善悪の判断ができたり、トラブルを起こしにくいという傾向があります。ではどのようにしていけば、このような意識が身についていくのでしょうか。自分を見る自分を意識して、日々の実践あるのみではないのでしょうか。

例えば、掃除の場面です。掃除担当の先生がいませんでした。その時、あなたはどうしますか。自分の率直な気持ちが「掃除担当の先生がいないや、掃除面倒だ、テキトーにやろう」だとします。そのまま手を抜いたり、遊んだりしていても幼いままで。そこで、もう一人の自分が出てきて「それは、あなたの怠けだよ、かっこ悪いよ、それでいいの？きちんと行動した方が良くないことだし、自分に対する満足が上がるよ。」と言っていると考えると、「面倒だけど、やるべきことはしっかり果たさないと」と良い行動に移していくことが成長です。タブレットの使い方や、交通ルールを守るなども同様です。

「凛」という言葉には、氷や水の冷たさに触れて身が引き締まるという意味があります。様々な場面で「誰も見てないから」「バレないから」という気持ちで行動するのではなく、「凛」とした気持ちで行動できると良いですね。

ひざかけ、座布団、登校時の女子のウィンドブレーカの着用について

これまで暖かい日が続いていますが、11月には寒さが強くなってきます。新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ等の感染症対策として、換気は必要ですので、寒い時の対応について改めて「生活のきまり」を再確認してください。その上で、11月～3月末までの期間、次のように対応します。

(1) 寒いときの基本的な対処

- 半袖、半ズボンの人は、長袖、長ズボンをはきます。
- セーター、カーディガン、ベストを着用できます。
- 保温性のアンダーウェアを着用できます(体操服の下、ジャージ・制服を上に着る)。
- 指示のない場合、室内でウィンドブレーカー類、防寒具を着用しません。

※ 携帯カイロの使用を認めます。

★使用済みのカイロは自宅に持ち帰って処分する。学校で捨てない。落とさない。

★授業中に手に持たない。遊ばない。

★マナーを守って使用する。

(2) ひざかけ、座布団について

制服、長ズボン、セーターやタイツ等のアンダーウェアを着用しても、換気のために寒いとき約束が守れる人は、ひざ掛け、座布団を使用できます。

＜使用の約束＞

- 友達と一緒に使用(共用)はしません。
- 教室での授業の時に使用できます。
- 特別教室等には持ち込みません。
- かぶったり、巻いて歩きません。
- 座布団はイスに備え付けます。(外れたり、落ちないように)

(3) 登校時の女子のウィンドブレーカー(下)の着用

登校する際に、下にウィンドブレーカーを着用しても構いません

※ 注意すること

○朝の会は必ず制服で参加します。

○スカート履いて、その下にはウィンドブレーカーを着用しません。

気を付けて! 自転車事故が続いています。

夏休み以降、自転車の事故やトラブルが無くなりません。自分で転んで怪我をする。自転車とぶつかり怪我をする。自転車を避けようとして転んで自転車が破損する。歩行者とぶつかり怪我をさせる、という事故が発生しています。横断歩道であっても、歩行者だけでなく、自動車への確認をする。命を守るためヘルメットを必ず着用することを特に実行しましょう。これから暗くなる時間が早くなってきています。いままで以上に周囲に気を配り、事故を無くしていきましょう。

地域の方から、生徒のみなさんの行動について良い連絡がありました!

- 「小学生の傘がひっくり返ってしまったのを直してくれた中学生がいました。」
- 「朝の登校時に、転んだ祖母を助けてくれた人がいました。ありがとうございました。」

○「休日に、倒れた人を介助して、救急搬送まで連絡していました。素晴らしいです。」

見ている人は見えています。素晴らしいですね。