『継続は力なり』～なるならぬは　その努力と忍耐を　続けるかどうかにある～

学校だより

第４号　令和７年６月２７日
三鷹中央学園三鷹市立第四中学校
三鷹市上連雀４－１８－７
TEL　0422-43-9141
FAX　0422-76-0672

自己肯定感 ～自分を好きになる～

校長　平山公紀

◎ 中央学園スマイルアクション！

期末考査も終わり、１学期のまとめをする時期となりました。自身の取組を振り返る際に、ぜひ「中央学園スマイルアクション！」を活用してください。昨年度も「マイ・スマイルアクション」として、自身の取組を考え、夏休みの三者面談でお家の人とも確認をしました。

その共通テーマの中に「自己肯定感」の項目があります。そこには、「自分も友だちもよいところを見つけ伝え合おう」と取組目標が書かれています。自分や友だちのよいところを見つけるヒントとして、下に掲載した『２４の「強み」リスト』を参考にしてください。

◎ ２４の「強み」リスト

ここにある「強み」は、誰もがもっているものです。１学期、あなたはどのような「強み」を発揮したでしょうか。リストを見ながら考えてみてください。

１	愛する心	分かり合ったり、思いやったりする関係を大切にします。周りの人が幸せだと自分もうれしい気持ちになります。
２	親切心	誰に対しても人のために良いことをしたり、面倒を見たりします。困っている人を見たらすぐに助けます。
３	人の気持ちがわかる心	他の人がどんな気持ちでいるのかを想像することができます。いろいろな性格の人と上手に関わります。
４	公平な心	人の意見はどれも大切だと考えます。みんなに対して差別などをせず、平等に関わります。
５	リーダーシップ	グループの目的を達成できるように考えて行動します。励ましたり、助けたりしながら、良い関係を築きます。
６	チームワーク	グループの一員として、やるべきことを一生懸命考え、行動します。自分の役割は、しっかりと行います。
７	許す心	失敗は自分にもあるし、誰にでもあると考えます。嫌なことをされても、仕返しはしたくないと考えます。
８	自分を管理する心	その時の気持ちに惑わされず、今やるべきことに取り組みます。思いどおりにいかなくても気持ちを落ち着かせます。
９	慎重な心	行動する前によく観察したり、起こるかもしれない問題を予想したりします。じっくり考えてから行動します。
１０	謙虚な心	うまくできても偉そうにすることなく、素直で自然な自分でいます。良いところをみんなが自然とわかってくれる方が好きです。
１１	好奇心	いろいろなことに興味をもち、「面白い」と感じます。新しい発見をすることが好きです。
１２	柔らかな考え	物事をいろいろな方向から考えて、自分と違う意見もしっかりと聞きます。決めつけずに「本当かな」とよく考えます。
１３	全体を見通す心	他の人に対して、良いアドバイスをします。「何のためにやるのか」を考えて行動することが得意です。
１４	すすんで学ぶ心	興味あることは、「もっと知りたい」と考えて行動します。新しいことを次から次へと身に付けていくことができます。
１５	創造する心	これまでの自分にはなかった新しい考え方ややり方をします。他の人とは違う考え方ややり方が好きです。
１６	粘り強い心	何かをやり遂げたときは、「うれしい」と感じます。難しいことが起きても、決めたことは最後までやり通します。
１７	熱心な心	何事も中途半端にはしません。勉強も遊びもスポーツも、ワクワクしながら取り組みます。いつも元気いっぱいです。
１８	正直な心	いつも約束を守り、自分の行動に責任をもちます。嘘をつくことが嫌いで、思ったことは正直に話します。
１９	勇気	みんなが「ちょっとこわい」と思うことでも、思い切って行動します。反対されても、自分が正しいと思うことをします。
２０	感謝する心	「ありがとう」など、感謝の気持ちを自然に表すことができます。「みんなのおかげ」と思うことがよくあります。
２１	希望をもつ心	きっと良いことが起こると考えています。良いことが起こるように、努力します。「なんとかなる」とよく思います。
２２	美しさを大切にする心	きれいなものを見ると感動します。山や空など、自然が好きです。素敵な絵を見たり音楽を聴いたりすると、ワクワクします。
２３	遊び心	みんなを笑顔にしたり、自分が笑ったりすることが好きです。人を楽しませることをいつも考えています。
２４	信じる心	自分の信じることに従って行動したり、信じることを言葉に表したりします。

《２学年　職場体験》

6/3(火)～6/5（木）までの3日間、職場体験を行いました。今年度は38の事業所にご協力頂きました。生徒たちは飲食系、教育系、福祉系や農業など多種多様な業種から興味のある仕事を体験することができました。挨拶や言葉遣いなど社会人としてふさわしい態度を事前に練習し、実際に体験の中で役立てることができていました。またそれぞれ貴重な体験の中で「働くということ」について深く考える機会となったようです。ご協力いただいた事業所の皆様、温かく見守ってくださった地域の皆様、本当にありがとうございました。

《道徳授業地区公開講座》６月１６日(月) ５時間目

【１年】テーマ：寛容な心　　『言葉の向こうに』

インターネット上でのコメントのやり取りから、人それぞれの見方・考え方を受け入れることや他者との接し方について考えました。主人公はサッカー選手への批判コメントへ反論していたところ、「批判コメントにいちいち反応してはダメ」という指摘を受けて、顔が見えないネット上のコミュニケーションについて考えます。生徒の授業の振り返りから「言葉は考えて発信する」「相手がいることを意識して思いやりを持って発信する」といった意見が見られました。

【２年】テーマ：友情と信頼　『ゴール』

身近なコミュニケーションツールである「SNS」ですが、使い方に注意をしないと信頼関係を壊すことになりかねません。そんなSNSの上手な使い方と、望ましい友情関係を築くためにどのようなことが必要かを考えました。題材が部活動を扱ったものだったため多くの生徒にとって自分事として考えやすかったようです。

【３年】テーマ：友情、信頼　　『語らい　私たちが出会う新しい私たち』

「友達との語らい」によって、お互いを高め合える関係を築いていく場面を見て、よりよい友達関係の在り方について考えました。良い関係を築くために必要な姿勢をクラスのみんなで考えられた、とてもいい機会になりました。生徒の授業の振り返りから、「『語り合う』というのは中学生ではハードルが高いかもしれないけど、不安や考えを言い合うことで気持ちが楽になるし、自分の成長にもなる」といった意見が見られました。

【E 組】テーマ：思いやり　『心と心のあく手』

主人公が足の不自由なおばあさんとどのように関わっていくかの場面を通して、その行動にどのような意味があるのかを考えました。思いやりという言葉からイメージすることとして「優しくする」「相手のことを優先する」「地域での助け合い」などの発言がでました。

主人公の気持ちになって発問を考える場面では、具体的な行動だけでなく、見守ることや相手のことを考えて行動することが思いやりに繋がることに気づいた発言が多く見られました。

「三鷹中央学園」通信　――三鷹中央学園第２回学園研究会

５月２１日（水）に学園合同研究会が三小で行われました。今回は「自立した学びについてのイメージを共有する」という内容でグループ討議を行いました。小学校で目指す「自立した学び」をどのように中学校で活用してほしいか、また中学校からは「自立した学び」に向けて小学校で身に付けておいてほしい力などについて様々な意見が出されました。この話し合いをもとに、今年度の研究主題を決めます。

《7月の予定》

令和7年度　7月行事予定表				E 組	部活動	図書館
7月		給食	学　校　行　事	予　定		
1	火	○			○	○
2	水	○			×	○
3	木	○	学園・学校公開(AM)始	学園公開始	○	○
4	金	○	学園・学校公開(AM)	学園公開	○	○
5	土	○	土曜授業特別時間割　学園・学校公開(AM)終 第1回進路説明会・修学旅行保護者説明会(3)	学園公開終	○	○
6	日				○	ー
7	月	○	学年朝礼/朝礼なし		○	○
8	火		振替休業日		○	ー
9	水	○	普通救命講習(1)　避難訓練(予告有)⑤	普通救命(1)	×	○
10	木	○	開校記念日	開校記念日	○	○
11	金	○	安全指導(セーフティ教室)1 年①・2 年③・3 年②	安全(ｾｰﾌﾃｨ)	○	○
12	土				○	地域開放
13	日				○	ー
14	月	○	朝礼なし/学年朝礼		×	○
15	火	○	職場体験発表会(1・2)①		○	○
16	水	○	放課後の活動原則なし		×	△
17	木	○	大掃除		○	○
18	金	×	終業式	終業式	再 15	△
19	土				○	ー
20	日		(参議院議員選挙:終日活動不可)		×	ー
21	月		海の日　夏季休業日始		○	ー
22	火		面談(全)始 13:00−	面談始	13 以降○	○
23	水				○	○
24	木				○	○
25	金				○	○
26	土				○	ー
27	日				○	ー
28	月				○	○
29	火		面談(全)終	面談終	○	○
30	水				○	○
31	木				○	○
8 月の主な予定:　25(月)始業式、28(木)がん教育(3)						

毎号、三鷹中央学園各校の様子が分かる HP の QR コードを掲載します。ぜひ、各校の取り組みをご覧ください。

「第三小学校」

「第七小学校」

「第四中学校」