



寄り添い 伸ばす

荒川区立原中学校

学校だより

12月号

令和6年12月2日

荒川区立原中学校

校長 村松 弘一

「ありがとう」は、「あい難し」

校長 村松 弘一

先日、町屋図書館で「3館コラボ(*)」に行った時、ある雑誌に、成功した会社社長が「感謝の気持ちを表す『ありがとう』には、運を引き寄せる力がある」と述べている記事を見付けました。

「ありがとう」は、感謝の気持ちを表す時に日常何気なく使う言葉ですが、「ありがとう」の由来を調べてみると、諸説ありますが、「めったにない」「めずらしい」を意味する「有難し(ありがたし)」という言葉が語源で、「他の人から何かしてもらうことは、めったにないことなんだ。有り難いことなんだ。」というところから、「有り難い」、「有り難う(ありがとう)」となりました。

「ありがとう」と言われて嫌な気持ちになる人はいないでしょう。皆さんは、他の人から何かしてもらったとき、自然に「ありがとう」と言っています。しかし、店で買い物をし、「ありがとう」を言わない人が多いなあと常々感じています。私は、買い物で、店員が袋に入れてくれたり、お釣りを手渡してくれた時、必ず「ありがとう」と言います。



「ありがとう」の反対の言葉は何でしょう? 「あることが難しい」の逆、「当たり前」になります。「ありがとう」は、他人からの気遣いに対する感謝の言葉です。何かをしてもらっても、当たり前と思い、感謝の心がなければ、「ありがとう」の言葉は出ず、逆に「遅いなあ」と不満に感じたり、幸せを実感することはできません。感謝できる人は、心豊かで幸せなのであり、その感謝を「ありがとう」という言葉で表すと、相手も「喜んでもらえてよかった」と、お互いにうれしくなります。

私たちは、一人では生きていけません。学校生活もそうです。多くの人のおかげで生きています。今日から、積極的に誰かに「ありがとう」と言ってみましょう。

「ありがとう」という5字は、不思議な働きがあります。「ありがとう」は、伝える側も伝えられた側も嬉しい気持ちになり、お互いに様々なメリットを得られる大きなパワーをもつ言葉です。皆さんの日常生活ではもちろん、学校の中でも感謝の気持ちがもたらす効果は絶大です。

学校で「ありがとう」を伝えることで得られるメリットには様々ありますが…、少し考えてみましょう。

①人間関係が良好になる

感謝の気持ちを伝えることで、学校の仲間たちと良好な人間関係を築けます。日頃から「ありがとう」と言葉で伝えている人は、周りの人から好印象をもたれ、円滑なコミュニケーションを取りやすくなります。人は自分に感謝してくれる人に対して、優しく好意的に接しようとするものです。その結果として、気軽に相談し合える良い関係性を築きやすくなります。さらに感謝できる人は、周囲との信頼関係を築きやすいので、自分が困ったときには多くの人からサポートをもらえるでしょう。

②他の人の心遣いを発見する習慣が身に付き、前向き思考になる



感謝の言葉を伝えられるということは「ありがたいと思えることに常に意識が向いている」という、とても前向きな状態と言えます。どんな出来事でも、良いところと悪いところどちらの側面もあります。良いところに意識を向ければ、物事をポジティブにとらえることができ、ストレスが軽減され、結果的に良い方向に進むことも多くなっていくでしょう。これが、冒頭の社長が言っていた「運を引き寄せる力」でしょう。

③幸福度アップ!

感謝の気持ちをもつことで、脳内で複数の「幸せホルモン」が分泌されます。この「幸せホルモン」は、私たちの心と身体に多くの良い影響を与えてくれるそうです。心のバランスが整って前向きな気持ちになれる、ストレスが減る、前向きな気持ちになってやる気がアップすると、勉強への集中力も高まります。その結果、いい成果を出すことも可能になるでしょう。

「ありがとう」を言う習慣を身に付けると、好感度アップ、幸福度アップ、人間関係が良くなる、前向きな思考になるというメリットがあり、心の健康が向上し、身体にもいい影響を与える効果があります。積極的に「ありがとう」を伝えよう! 感謝の気持ちは伝えた自分はもちろん、伝えられた相手の心も満たすととても素敵な言葉です。さらに、感謝の気持ちは伝染します。自分から積極的に「ありがとう」を伝えれば、少しずつ学校全体が感謝を伝える雰囲気になっていくのです。学校が良い雰囲気になれば、もっと学校が楽しくなり、幸福度が高まります。みんなで、引き続き、「原中楽校」を作っていきましょう。(朝礼講話より)

(*)3館コラボ:本校では、原中学校図書館、原保育園、町屋図書館で連携した図書館教育を行っています。図書委員の生徒が、町屋図書館で原保育園児に、絵本の読み聞かせを行っています。

1年・がん教育(11月8日)

11月8日(金)6校時、1年生を対象にがん教育が行われました。講師には城北ヤクルト販売株式会社の土屋さんをお招きしました。免疫について学ぶ中で、NK(ナチュラルキラー)細胞ががん細胞を飲み込む動画を見て、みんな驚いていました。NK細胞を元気にするには、食事、運動、睡眠、笑顔、乳酸菌が大事とのことで、最後には全員でヤクルトを試飲しました。授業後の生徒の感想では、お家の方に「がん検診を受けてほしい」と伝えようと思いました。」という感想がありました。



身近な方への勤労感謝(11月20日)

「毎日、僕たちのためにおいしい給食を作ってください、ありがとうございます。僕はカレーライスが大好きで、何度もおかわりしています。これからも、おいしい給食をお願いします!」(1年男子保健給食委員)

日頃、私たちのために給食を作ってくださっている調理員さんへ保健給食委員会が感謝の手紙を書き、生徒の皆さんを代表して委員長と副委員長が手紙を渡しました。普段なかなかお会いすることのない調理員さんたちへ、感謝の気持ちをお伝えすることができました。日頃からお世話になっている、たくさんの方々への「ありがとうございます」という感謝の気持ちを忘れずに、毎日の学校生活を送りましょう。



3館コラボ(11月21日)

3館コラボとは、「原中学校・原保育園・町屋図書館」の三つが連携して、原中学校の生徒が原保育園の園児に読み聞かせをする行事です。今年度は、近隣にあるグループホーム「尾久のはらっぱ」を利用している皆様にも来ていただきました。当日は、図書委員の地道な努力のおかげで、聞いている人みんなが笑顔になり、心地よい雰囲気一杯になりました。これからも読書活動を通して、地域の皆さんとのつながりを深めていきたいと思います。



原中生から原中生への 「ボランティアのすすめ」

【尾久っ子ワクワクまつりボランティア(その1)】
♥私は、中学生以下に配る麦茶の配布・補充を行いました。たくさんの皆さんにお茶を配ることはとても大変でしたが、ボランティアの仲間と協力したことで、とてもやりがいを感じました。ボランティアは一見難しそうに見えますが、実際に取り組んでみれば、やりがいと、やり切った達成感を感じることがができます。あなたも、ぜひ参加してみませんか?(3年生女子)

読書週間(11月25日～12月20日)

11月25日(月)から12月20日(金)まで、後期読書週間を実施しています。読書週間では、「先生方による読み聞かせ」、「先生方のおすすめ本の展示」、「映画上映会」を行います。「先生方による読み聞かせ」は毎回好評で、読み聞かせを通じて先生方の新たな面が見られることもあり、たくさんの生徒が楽しみにしています。読み聞かせには、幼い子供たちだけでなく、中学生の心も安定させる効果があるとの報告があります。ぜひ読書週間に、「心地よい読書」を味わってください。



【原中オリジナル御書印帳】
0～9類の本を借りて読み、全てのページに担当教科の先生のサインを集めると、素敵な表紙がGETできます!

12月行事予定

月	曜	行 事	時程
1	日		
2	月	全校朝礼 区学力調査(i-check) 町屋駅前・歳末たすけあい運動街頭 募金ボランティア 17時～18時	3年 A5
3	火	各種委員会	B6
4	水	荒教研	B4
5	木	三者面談①	B5
6	金	三者面談②	B5
7	土		
8	日		
9	月	表彰朝礼 三者面談③	B5
10	火	三者面談④	B5
11	水	三者面談⑤	B5
12	木	中央委員会	
13	金	避難訓練	
14	土		
15	日	(都中学校スピーキングテスト予備日)	
16	月	生徒会朝礼	
17	火		
18	水	寺子屋 職員会議	
19	木		
20	金	読書週間終	
21	土		
22	日		
23	月	表彰朝礼	
24	火	給食終 大掃除	
25	水	2学期終業式 校内研修会 Merry Christmas! 11月の美術部作品	3
26	木	冬季休業日始(～1月7日(火))	
1/8	水	3学期始業式 職員会議	3
1/9	木	給食始 書き初め展始～20日(月)	

◎ホームページに、学校だよりを掲載しています。ぜひご覧ください。