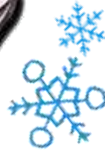


敬和創



上田市立第六中学校
学校だよりNo.10
令和6年1月31日



〇3学期=48日~毎日を精一杯生きる~



始業式：各学年代表者による作文発表

1年

「後輩から**尊敬される人間**になりたい」

2年

「部活や総合を通して**自分の力を伸ばしたい**」

3年「**感謝**の気持ちをもち最後まで学習や清掃にしっかりと取り組み学校生活を終わりたい」

憧れられる先輩へ~1年生「中学校説明会」での堂々とした発表



学年合唱、委員会、部活動発表、学校生活の様子を学年生徒会による運営で披露



2年生：修学旅行班別タクシー見学 見学地決め



3年生：創作ダンスの練習

能登半島地震への募金
ご協力をお願いします

後期生徒会：
能登半島地震への募金活動
(福祉委員会)

3学期始業式 校長講話～ 挨拶で得られる3つの効果

5月の校長講話で『あこがれの連鎖』の話をしました。概略を言うと「先輩たちがやったことをまた私たちもやりたい」というあこがれの連鎖ができていくということです。二、三年生が一年生の「あこがれ」や「目標」になっていく。三年生が二年生の「あこがれ」や「目標」となっていく。そして、よりよい、安心して安全に楽しく学校生活が過ごせる第六中学校を「自分たちで」「自分で」育てていく「あこがれの連鎖」があふれる第六中学校にしていきましょう。」という話でした。

第六中学校は、伝統的に「さわやかな挨拶」「心をこめた清掃」「時を守る行動」「差別やいじめを許さない黄色いリボン運動」が引き継がれ、皆さん自身の手でさらによりよい第六中学校が作り上げられています。今年度も残り3学期のみ。今日は、挨拶(あいさつ)で得られる3つの効果について話をしたいと思います。

挨拶をするメリットはたくさんあります。毎日の挨拶はちょっと面倒にも感じるかもしれませんが、でも大きな声で挨拶をすれば、とても多くのものを得ることができます。挨拶を続けていけば、精神的にも良い影響が出るのは間違いありません。元気に挨拶をする大切さ、そして挨拶をすることで得られる3つの効果について紹介したいと思います。

1. 大きな声で挨拶をすると気持ちがいい

まず挨拶をすると「気持ちがいい」です。「おはようございます!」と挨拶してみてください。「挨拶してイヤな気持ちになった」なんてことは滅多にありません。また、「挨拶されてイヤな気分になった」なんてこともないでしょう。挨拶はするもされるも気持ちがいいものなのです。

これは大きなメリットです。挨拶をするだけで気持ちのいい一日を始めることができます。一日の中で「気持ちいい!!」と感ぜられることは、そう多くはありません。実は挨拶は、その少ないチャンスのひとつなのです。挨拶をしないということは、朝から「気持ちいい!」と感ぜるチャンスを自ら逃しているのです。暗い顔をして大きな声で挨拶をしている人はあまり見かけませんよね。大きな声を出して挨拶を続けていけば、顔は自然と明るくなり、口調も自然とハキハキしてきます。

昨日イヤなことがあって暗い気持ちが残っていても、大きな声で挨拶をしているうちに気分が晴れてくることもあります。

挨拶は、暗い気持ちを吹き飛ばす力があるのです。1回や2回、ただだけでは気分は変わりませんが、**挨拶を続けていくと気持ちは間違いなく明るくなっていきます。**いつも大きな声で元気に挨拶をする人はほぼ例外なく、気持ちが前向きです。それは前向きな人が元気に挨拶をするというだけではなく、挨拶を続けることで前向きになっていくからです。

2. 笑顔になる機会が増える

挨拶をするとき、人は無意識のうちに笑顔を作ります。暗い顔で挨拶をする人はあまりいません。「おはようございます!」と挨拶をしている人の顔はほとんどが笑顔です。挨拶をすると自然と笑顔が増える、これも大きなメリットです。

こころと身体はつながっています。こころの元気がない時は、まずは身体から元気に振る舞うことです。すると、こころも身体につられて元気になってきます。挨拶をきっかけにして笑顔が増えれば、気持ちもそれにつられて上向いてくるのです。挨拶は、**自然に笑顔になる機会をくれて気持ちも上向きにしてくれる、ありがたい言葉**なのです。

3. 相手からの印象が良くなり、人間関係も良くなる

挨拶をしてもらえなかったり、挨拶をしたのに返事をくれなかったりした時、ムツとしたことはありませんか?これは、挨拶を返してくれなかったという表面上の出来事にムツとしたというより、自分を認めてもらえていない、対等に扱われていないということに腹を立てているのです。このように挨拶をしないというのは、相手を認めていない、侮辱しているという見方をされることがあります。反対に考えれば、**誰かに挨拶をするということは、その相手を「認めている」ということになります。**認められていると感ぜれば、人は喜びます。自分を認めてくれた人に対して好意的に接するようになります。挨拶をするだけで、このように人間関係は良くなっていくのです。

また、険悪になってしまった人にこそ積極的に挨拶をしましょう。特にケンカの後とかの気まずい相手にこそ、積極的に挨拶をすると効果的です。自分が気まずい時、たいていは相手も気まずさを感じています。こちらから挨拶をすれば、相手の気まずさも取ってあげることになります。あなたの方から挨拶というコミュニケーションを持ちかけてくれば、相手はとてもありがたいと感ぜるでしょう。「昨日、あんなひどいことを言ってしまったのに、笑顔で接してくれるなんて!」「本当に人間ができている人だ!」と、良い評価も得ることができます。

皆さんの力で、さらに挨拶が響き合う第六中学校にしていきましょう!



- * 2月 1日 (木) 3年休業日 公立前期選抜
- * 2月 2日 (金) 授業参観④ (→最後の参観日です。 ※昇降口で募金を行っています) PTA 総役員会
- * 2月 4日 (日) メディアコントロールデー③
- * 2月 6日 (火) 3年第6回総合テスト
- * 2月 9日 (金) 公立前期選抜合格発表
- * 2月 15日 (木) 3学期期末テスト(1, 2年) 16日 (金) 技術・家庭テスト(6校時)
- * 2月 22日 (木) 長野大学 学生による戦争の話(1学年)

