

平成30年度  
赤穂市立赤穂中学校  
「学校だより」

# 荒神台

NO. 50  
平成30年7月20日発行  
文責 校長(平井正彦)

## 人は見かけによる

「人は見かけによらない」とか「人を外見だけで判断してはいけない」と言います。しかし、学校の先生が顔つきや服装、言葉やしぐさなどで、なんとなく分かってしまうように、「人は見かけによる」のも事実です。



見かけや外見だけで、その人の全てを決めつけてはいけませんが、その人の心の状態やものの考え方は、その人の表情や服装、言葉や行動を通して、なんとなく透けて見えるという意味です。

中学生は、いろいろなことに興味を持ち、自分を認めて欲しいという気持ちもあって、「見かけ」や「外見」をととても気にする年頃です。自分を少しでもよく見せたいと願うことは、決して悪いことではありませんが、「見かけ」だけ整えて、自分の心の状態を隠そうとするのは、好ましくありません。心の不安やゆらぎは、どうしても見かけや外見に現れてしまうものです。「服装の乱れは、心の乱れ」と言われる理由でもあります。



私たち大人も、不安や心配事が続き、意気消沈しているとき、服装は、どことなく沈んだ色合いを選んでしまい、少し汚れていても「まあ、いいか」と気にならなくなってきました。

意気揚々として、充実した生活が続くときは、いろんなことに意欲がわき、これまで着ることをためらっていた、あの派手な服を着て、街へ出かけてみよう、生活そのものが積極的になっていきます。

心と見かけは、身体の中で、しっかりとつながっているのです。

さて、高校の入学試験では、多くの学校や学科で「面接」が行われます。面接官の先生は、表情や態度、しぐさ、服装などの目に見える「見かけ」を通して、受験生の心の状態やものの考え方、普段の生活態度などを読み取ろうとします。試験の当日だけ服装を整え、飾り物をはじめ、服装以外の表情や態度、しぐさ、言葉づかいなどを通して、その人の普段の生活態度が透けて見えてくるのです。

いつも、さわやかで、後ろめたいことがない、すがすがしい行動の積み重ねがあって、はじめて心も見かけも格好よくなります。



また、6月には、沖縄へ修学旅行に行きましたが、今年もCA(キャビンアテンダント)の方はいねいでやさしく、ビシッと制服を着て、清潔感あふれ、礼やあいさつ、身のこなしが実にきれいでした。流行の飾り物や衣装を身につけているわけではなく、みんな同じ制服を着ているだけなのですが、一人一人がとても格好いいのです。そして、お客様を大切にする気持ちや心は、言葉づかいや身のこなしなどの「見かけ」を通して十分に伝わってきました。制服を正しく着る美しさ、格好よさとはこういうことなんだといつも感心しています。

「心」と「見かけ」は、いつもセットです。みなさんの普段の生活態度が、そのまま「見かけ」として相手に伝わります。



「心」も「見かけ」も格好いい中学生をめざしてください。

■平成30年度  
1学期終業式 式辞より

赤穂中学校 SNS 約束3箇条 <生徒会>

### SNSの利用について、ご家庭で、再確認と実行を!

#### ■自分の言葉や投稿に責任を持とう

- 悪口や嘘の情報を書き込まない
- 個人情報を許可なく載せない

#### ■自分の身は自分で守ろう

- 知らない人とつながらない
- 怪しいサイトやメールには関わらない

#### ■相手のことを考えよう

- 家庭で利用時間を決める
- テスト期間中の不必要な使用はしない

お願い!



# 西播地区中学校総合体育大会の記録

○県大会出場

## 剣道 新宮スポーツセンター 7/14.15 全○

男子個人〔3年生〕 5位 今井 悠貴  
 女子個人〔3年生〕 2位 鳴瀧 冴子  
 〔2年生〕 5位 片岡 三咲  
 男子団体 2位 今井 悠貴、大崎 誉志  
 井上 晴矢、高田 誠也  
 山田 皓暉

## 柔道 上郡町総合体育館 7/14

男子個人〔90kg超〕 1位 田原 侑磨 ○  
 〔90kg〕 1位 那須 琉斗 ○  
 〔60kg〕 3位 東 大空 ○  
 女子個人〔52kg〕 3位 竹内 絢音 ○  
 〔70kg超〕 3位 山脇 千和

## 男子バスケットボール 相生市民体育館 7/14.15

団体 3位

## 陸上競技 太子町総合運動公園陸上競技場 7/14.15 全○

(男子) 藤原 颯汰 共通砲丸投 1位  
 共通円盤投 1位  
 松崎 碧羽 走幅跳び 3位  
 瀧谷 咲月 円盤投げ 2位  
 細谷 魁聖 110mH 3位

## 水泳競技 赤穂市民総合体育館室内プール 7/9 全○

(男子) 田淵 康介 100m平泳ぎ 4位  
 200m平泳ぎ 3位  
 (女子) 池田 美憂 200m自由形 2位  
 200m個人メ 4位  
 河村 凜 100m背泳ぎ 2位  
 200m背泳ぎ 1位

## 熱中症に注意!!



梅雨明けと同時に、一気に猛暑・酷暑がやってきました。急激な気温上昇など、体調への影響が心配されます。部屋の中に居るときも熱中症に気をつけて下さい。部活動中は、水分や塩分の補給、適切な休憩など、無理のない練習メニューへの切り替えに留意しておりますが、ご家庭でも、次のような症状が見られ、気になるときは、早めに対応してください。

### ○熱中症の症状<軽度>

- ・手足のけいれん
- ・めまい、呼吸数の増加

### ○熱中症の症状<中度>

- ・頭痛、めまい、嘔吐、吐き気、失神

### ◎応急処置

- ・涼しいところで休む
- ・体を冷やす(太い血管部)
- ・水分、塩分の補給(少しずつ)

## 表彰と記録

### 書写 赤穂東中学校 7/14.1

#### 第63回兵庫県小中学生書写コンクール

<秀作賞>赤松 愛斗、日和 真子  
 <佳作>

福岡あかね、延近悠希、大黒史織、國本佳甫  
 宮本佳穂、山脇千和、小野七海、末永双葉  
 清水遙花、西本桜弥香

### 少林寺拳法 全国中学生少林寺拳法大会出場 8/18.19

東京エスフォルタアリーナ八王子

中崎桜香(3年)、松林音寧(1年)

## プラス思考で 子供に「安心感」を!

大人目から見るとは違い、子供たちは様々なストレスを感じています。心にゆとりがなく、ぎりぎりのところで頑張っている子供や、自分に自信がなく、ささいなことで不安を感じている子供もいます。

さらに、今の子供たちに多いのは、自分の良いところではなく、自分に不足していることへの意識が高いことです。これは、私たち大人が、子供に対して、もっと良くなって欲しいと願うあまり、出来ていることよりも、出来ていないことや不足していることを「注意」し続けてきた結果でもあります。

子供は、常にマイナス思考で物事を考えることが多くなり、自分はこれでいいんだという「自己肯定感」や、自分のことが好きだという「自尊感情」が育ちにくくなっています。



子供が、ストレスと上手につき合い、「安心」して生活するためには、子供の心の「支え」になるものが大切です。

それは、大人から「プラス思考」で子供に声をかけ、できていることを認めていくことです。出来ていないことを指摘するのではなく、出来ていることを認め、必ずそれを言葉で伝えることです。

注意ばかりしてきた大人には、照れくさい言葉ですが、子供の心の「支え」になり、「安心感」につながっていきます。

