



佐倉市立根郷中学校

あしたむ

明日に向かって

R7.9.1 No.5
発行責任者

文責

『できる自分を見つけるスイッチ』

校長

早いもので、いよいよ前期後半が始まります。皆さんにとって、この夏休みは有意義な時間となったでしょうか。今週末には、早速定期テストがあります。夏休みに取り組んできた成果をしっかりと発揮できるよう、頑張ってください。

さて、前期後半は、3年生が部活動を引退し、進路に気持ちを切り替えていく時期です。一方、1・2年生は新チームとして部活動の中心となり、また生徒会活動では、10月の生徒会役員選挙をはじめ、委員会活動などを担う立場となっていきます。このように、生活環境が大きく変化する時期には、不安を感じたり、自信を持てなくなったりすることもあるかもしれません。

実は、人の脳には「一度意識した情報に注意が向きやすくなる性質」があると言われています。例えば、「赤いスニーカーが欲しいな」と思った瞬間から、登下校中や体育の時間などに、やたらと赤いスニーカーが目に入ってくる。そんな経験はないでしょうか。これは「頻度錯覚」と呼ばれる現象で、意識した情報に自然と注意が向いてしまう脳の働きによるものです。

この性質は、日常生活の中で自分にとって関心のある情報に効率よく反応できるという点で、とても便利な仕組みです。しかしその一方で、「自分はダメだ」「人と比べて劣っている」といった否定的な思い込みを一度持ってしまうと、脳はそのような情報ばかりを拾いやすくなってしまいます。すると、誰かの何気ない一言やちょっとしたしぐさを、「やっぱり自分は変に思われているのかもしれない」と、ネガティブに受け取ってしまいやすくなるのです。

このような自己否定のループに陥らないためのポイントは、「人は、脳が探しているものを見つける性質がある」ということを理解し、それを活かすことです。「自分にはできていることもある」「うまくいったことがあった」といったポジティブな面に意識を向けてみましょう。「ありがとうと言ってもらえた」「できなかったことが少しできるようになった」といった小さな成功体験にも目を向けることで、脳はポジティブな情報を見つけやすくなり、良い意味での“頻度錯覚”が働くようになるはずです。

私たちは、世界をありのままに見ているようで、実は「自分の関心によって脳が切り取った世界」を見ているのかもしれません。だからこそ、意識的にポジティブな面に目を向けるトレーニングが大切なのです。

お互いにポジティブな声かけをし合える、そんな思いやりのある集団になってほしいと思います。

9月 主な行事予定

※SC→SC相談日 9:00～16:00 多様→多様な学びの相談員出勤日

日	曜	校内行事	日	曜	校内行事
1	月	試験前部活動停止（～5日） 多様	16	火	避難訓練 部活動なし SC 多様
2	火	給食開始 自転車点検 SC 多様	17	水	授業公開 月例アンケート 多様
3	水	生活アンケート	18	木	授業公開 学年評議会・委員会
4	木	定期試験② 給食なし 多様	19	金	多様
5	金	定期試験② 給食なし 多様	20	土	郡新人大会
6	土		21	日	郡新人大会
7	日		22	月	多様
8	月		23	火	秋分の日
9	火	生徒会選挙公示 SC 多様	24	水	SC
10	水	多様	25	木	多様
11	木	全校評議会 教育実習（～10/3） 多様	26	金	多様
12	金	多様	27	土	
13	土	郡新人大会	28	日	
14	日	郡新人大会	29	月	全校集会 生徒会選挙リハーサル
15	月	敬老の日	30	火	合唱練習のため帰りの会 15分延長（火水金）

授業公開について

令和7年9月17日(水)、18日(木)の2日間、学校授業公開を行います。
日頃の生徒の頑張っている様子を是非ご覧ください。

日時：令和7年9月17日(水)、18日(木)
1校時から3校時(8時30分～11時20分)

※上記の日時のどの時間帯にお越しいただいても構いません。

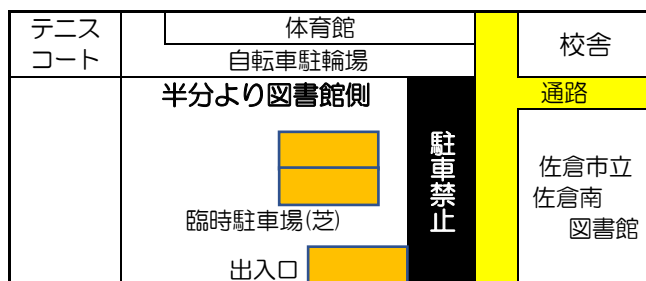
※クラスごとの授業予定は、お子様を通じてご確認ください。

※ご来校に際しては、できるだけ徒歩か自転車(美術室前脇)でお越しください。やむを得ず自家用車利用の際は南図書館臨時駐車場(芝)へお停めください。アスファルトで舗装された部分への駐車はご遠慮ください。なお、雨天時(荒天含)については下記案内に従い駐車をお願いします。停められる台数に限りがありますのでご了承下さい。

※上履きをご持参ください。

佐倉市立佐倉南図書館臨時駐車場(芝)利用について

佐倉南図書館と協議し、雨天時の駐車場について臨時駐車場の一部(右図)、アスファルト部分の一部をお借りすることができるようになりました。アスファルト部分については、テニスコート側の奥になります。図書館側に停めることがないようお願いします。



教育用タブレット端末の変更について

佐倉市では、生徒の学びの質の向上を目的として、教育用タブレット端末iPadを導入することとなりました。9月8日に従来のタブレットと交換で生徒へ配布する予定です。タブレット、充電アダプターを当日忘れないようご家庭でもお声掛けください。な変更に伴い、使用ルールの指導をしますが、ご家庭でも指導にご協力をお願いします。同意書の提出については、後日お知らせいたします。

※これまで、画面のひび割れや液晶割れ等が非常に多く報告されています。修理費は非常に高額であり、委員会に修理をお願いしているところですが、原則修理はご家庭での負担となります。使い方、持ち運びの仕方について、再度ご家庭で確認をお願いします。

【藤本武弘育英会による図書等の寄贈について】

昨年度、一般財団法人藤本武弘育英会より、30万円相当の図書及び楽器の寄贈並びに楽器の修理に係る費用の助成がありました。

根郷中学校では、図書や辞書の購入、楽器の修理に費用を充てさせていただきました。

一般財団法人藤本武弘育英会のご厚意に感謝したいと思います。

【秋の全国交通安全運動】

期間 令和7年9月21日(日)から9月30日(火)までの10日間

- 重点 (1) 歩行者の安全な道路横断方法等の実践と反射材用品や明るい目立つ色の衣服等の着用促進
(2) ながらスマホや飲酒運転等の根絶と夕暮れ時の早めのライト点灯やハイビームの活用促進
(3) 自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進

『「つける」「見つける」反射材とライトで安全確保』