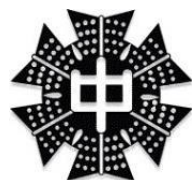


檜中だより



令和7年度 第4号
令和7年 7月1日発行
檜原学園檜原中学校

《すぐ幸せになる口ぐせ～【うれしい】～》

校長 中村 祐子

今年度は、電車を利用して都心へ出張する機会が多くあります。慣れない路線を使うので、ホームにきた電車に乗ったら、目的の駅を通り過ぎてしまった……。なんてこともあります。そんな時は、がっかりするうえに自分にイライラします。「あ～あ、最悪。」とつぶやき、出張先でもイライラした気分のままで過ごしてしまい、せっかくの機会も台無しです。一方、帰宅時に、満席状態の電車に乗ったところ、次の駅で正面の席が空いて座ることができ、「ああ、うれしい。ありがとう。」と心の中で何度もつぶやき、幸せな気持ちで長い旅路を過ごすこともあります。

先日、「すぐに幸せになれる口ぐせ、一瞬で不幸になる口ぐせ～日頃からから口にする一言が、あなた自身や周りの人に、知らず知らずのうちに影響を及ぼしているかもしれません。いい「口ぐせ」を身に付けて、運を味方に！～」という記事（『PHP スペシャル』）が目にとまりました。「物事をアンラッキーに感じるのもラッキーに転換させるのも、あなた自身の口ぐせひとつ。幸せが続いている人は、そんなふうには幸せを招く口ぐせを習慣にしているものです。」とのこと。すぐに幸せになれる口ぐせとして、1【やったあ】2【うれしい】3【楽しみ】4【きつとうまくいく】5【おかげさまで】6【うん！そうだね】7【ゆっくり、ゆっくり】8【いいね！】9【今が私のベスト】10【ありがとう】があげられています。ここでは、2【うれしい】を紹介します。「うれしいことは“起こる”のではなく“探す”もの。幸せの見つけ上手をめざすなら、この「うれしい」がおすすめ。誘われたとき、ほめられたとき、「うれしい」と言いましょう。また誘ってもらえるし、ほめてもらえます。」

校長室前に、「口ぐせ」を掲示しています。自分自身に幸せを運ぶ簡単な方法ですので、ぜひ見て試してください。

さて、七十二候では、7月1日（火）～6日（日）は『半夏生ず（はんげしょうず）』です。「半夏」とは、カラスビシャクという夏の半ばに花が咲く薬草の別名です。また、「半夏生」は、農作業がひと段落して、休憩を取る日とされました。そして、7月2日は、ちょうど一年間の折り返し点です。この先も【全種入魂】の気概で進んでいきましょう。

最後に私の好きな詩を紹介します。



不思議 金子 みずぶ
私は不思議でたまらない、
黒い雲からふる雨が、
銀にひかっていることが。
私は不思議でたまらない、
青い桑の葉たべている、
蚕が白くなることが。
私は不思議でたまらない、
たれもいじらぬ夕顔が、
ひとりではらりとひらくのが。
私は不思議でたまらない、
たれにきいても笑って、
あたりまえだ、ということが。



7月の予定

スクールカウンセラー（SC）来校日（7月1日、8日、15日）★火曜日

1日（火）⑤体育研究授業（3年）、⑥学期末反省
2日（水）⑤SOS教育、専門委員会
3日（木）⑥授業アンケート、プール水質検査、避難訓練
4日（金）保護者会（全学年）、授業参観日、5h授業
④出前授業（全学年）
⑤第1回進路説明会（2、3年）漢検（希望者）
7日（月）朝礼、安全指導
校外学習【職業人講話・郷土理解研修】（1年）
9日（水）食育（1年）、⑤夏季健康オリパラ、職員会議

10日（木）食育（2年）、学校運営連絡協議会
⑤レディネステスト分析・⑥マナー講座（2年）
11日（金）英語体験（1、2年）
14日（月）食育（3年）、⑤夏季健康オリパラ
①上級学校について（1、2年）
15日（火）②③村教育委員会訪問
16日（水）夏季健康オリパラ、職員会議
17日（木）⑥美化活動、給食終
18日（金）終業式、2h授業、安全指導日、学園全体会議

スポフェス【6/9（月）⑥実施】 生徒会本部役員担当 生活指導主任 豊留 匡博

生徒会本部役員が企画、運営をしたスポーツフェスティバル「通称：スポフェス」。今年度はバスケットボールを全校生徒で楽しみました。檜中生の良いところは、どんな行事も全力で臨めることです。見ているこちらがハラハラしてしまうほどの激しい熱戦が繰り広げられました。個人的には、ボールを前にすると人が変わったように闘志をむき出しにする生徒がたくさんいたことが印象的でした。



国際交流会【6/13（金）⑤⑥実施】

グローバル人材育成推進委員会 副委員長 野呂 涼太

今年度は、北マケドニアと中国の新疆ウイグル自治区からお越しいただいた2名の留学生から、お話を聞きました。北マケドニアの興味深い妖怪の話や、ウイグル自治区のおもてなしの方法など、日本にはない様々な文化をたくさん学んでいました。2年生の琴の演奏を中心に、歓迎会を行い、講師のお二方はとても感動していました。

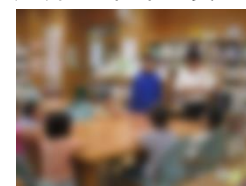
互いに文化交流を行う機会となり、とても有意義な時間となりました。今後も国際理解教育の推進に努めていきます。



中学生読み聞かせ【6/26（木）実施】

図書委員会担当 山本 菜津美

図書委員が朝読書の時間に小学校へ出向き、小学生との読み聞かせ交流会を行いました。生徒たちはこの日に向け、自分たちで絵本を選び、休み時間も読み聞かせの練習を頑張っていました。緊張しながらも一人一人が工夫を凝らし、絵本の面白さを伝えている姿が印象的でした。また、今回の絵本の貸し出しは村立図書館の皆様にご協力していただきました。ありがとうございました。



がん教育講演会【6/27（金）⑥実施】 生活指導部 保健担当 山本 光

青梅市立総合医療センター副院長である消化器内科 野口 修医師による講演会が実施されました。がんについての最新情報を通して、がんについての正しい理解を得て、がんについて深く考え、自分や周りの人達の健康や命の大切さについて改めて考える機会になりました。

今回の講演会では、保健体育科でがんについて学んだ2年生を中心に、司会・進行を実施しました。質疑応答では「がん検診でどうして年齢制限があるのですか」という鋭い質問から、がんになりやすい年代によって検診勧奨の時期が変わるだけでなく、檜原村のがん検診受診率等を考える機会になりました。早期に見付けることの大切さを実感した檜中生達です。どんな学びがあったか、各家庭でもぜひ話題にしてください。



TEPRO
Supporter Bank
ティープロ・サポーターバンク

詳細・ご登録



<https://www.tepro.or.jp/>

学校現場で
あなたの力、
生かしませんか？

たくさんのサポーターが活躍しています！

- ・教職員の事務支援
 - ・学習支援 ・部活動支援
 - ・特別支援教育の支援
- など
活動分野は
さまざま！

(公財)東京都教育支援機構
TEPRO サポーターバンク
(0120) 389-055 (平日9時～17時)



校外学習

【3年生：6/5（木）実施】

「総合的な学習の時間」の授業（「地域学習 つなごう未来の檜原プロジェクト」の一環として、都民の森を訪問しました。



【ひのき：6/20（金）実施】

「生活単元」の授業の一環として、新宿方面（ゴジラヘッド、コリアンタウン）を訪問しました。



電話対応について

以下の時間帯は、原則自動音声対応となっています。緊急時は教育委員会(598-1011)までご連絡ください。

■平日：18：15～7：45 ■週休日・休日・閉庁日：24時間 ■長期休業中：16：45～8：15



令和7年4月1日より学校のメールアドレスが変わりました。

hinohara.j03@13.schoolmail.ne.jp

学校ホームページ
二次元コード

