すずしろ

～開拓・発展・完成～

１１月 第７号
令和８年１１月２７日
開進第四中学校だより
校 長　關 口　智 子

ふれあい（いじめ防止強化）月間に寄せて

※全校朝礼の校長講話から

校　長　　關 口　智 子

友達同士など、自分以外の人たちが言い合いをしているのを見たことはありませんか。自分が当事者だと「相手が悪い」と思うことのほうが多いかもしれませんが、他者同士のトラブルとなると「どちらも少し言い過ぎだな」などと感じたりします。このように、中学生くらいの年齢になると、心の中に「一歩引いた目」が育ってきます。これを「第三者の視点」と呼びます。

いじめは、いじめる人といじめられる人の間だけで起きるのではなく、周りで面白がる人、見て見ぬふりをする人を含めたクラス全体の中で起きます。海外の研究では、周りではやし立てる人が多く、止めたり支えたりする人が少ないクラスほどいじめが多いことが分かっています。

第三者の視点は、仲の良いグループの中でも必要です。例えば、グループの輪の中には居るのにグループ内の誰からも話しかけてもらえない、自分が話し始めると話を聞いてもらえない状況が生まれることがあります。しかし、外からはいつも一緒にいる仲良しグループに見えています。フレネミー（「友達（friend）」と「敵（enemy）」を組み合わせた造語）という言葉があります。これは関係性を指す言葉です。いつも一緒にいるのに冗談のふりをして傷つくことを言う、皆の前で笑いものにする、「友達だよね」と言いながら嫌なことを要求する等、友達のふりをして相手を傷つける関係です。しかし、外からは仲良しに見えるので、気付かれにくいものです。だからこそ私たちには、表情や空気まで一歩引いてよく見る目が必要になります。

今度は、第三者の視点を自分にも向けてみましょう。誰かに対してイライラする、苦手だと感じる等の感情は誰にでもあります。しかし、それを悪口や仲間外れなどの行動にするかどうかは、自分で選べます。自分の怒りやかなしみなどが無視や暴力につながっていないでしょうか。自分の「いじり」が、相手にとっては笑えないものになっていないでしょうか。人はそれぞれ感じ方が違います。自分には平気なことでも、相手には平気ではないかもしれません。その違いを認めることが、人間関係の基本、相手へのリスペクトです。

心が乱れたときは、一歩引いた目を自分に向けて、その気持ちを言葉にしてみてください。「今、自分は悔しいんだな」「本当は寂しかったんだ」。これらは、自分をかわいそうに思うためではありません。今の自分の心の状態を言葉にして理解することで、一度立ち止まり、冷静になってから次の行動を考えるためです。脳の研究でも、感情を言葉にすると怒りや不安に関わる脳の働きが落ち着くことが報告されています。

さて、あなたはいじめに気付いたらどうしますか。その場で止められなくても、後で「大丈夫？」と声をかけたり、先生に伝えたりすることは、いじめを止める立派な行動です。

学校は、いじめられている人を全力で守り抜きます。それが何より一番大切です。ただ、いじめてしまった人も「許さない」と切り捨てて終わりにはしません。毅然と指導を行ったうえで、なぜいじめをしたのか、相手への謝罪や今後同じ過ちを繰り返さないためにはどうするか、一緒に考え、立ち直りを支えていきます。

一人では手に負えない状況や自分の感情がおさまらないときは、抱え込まず、家族や友達、信頼できる大人などに相談してください。相談先を教えてほしいという相談だけでも構いません。相談することは、自分や友達を守るための強さであり、力です。

児童・生徒会サミット

１１月６日(金)、仲町小学校、開進第四小学校との小中連携の一環で、児童・生徒会サミットを行いました。児童・生徒はオンライン上でつながり、教室の電子黒板を通して対面しました。生徒会の司会の下、児童からあらかじめ寄せられた質問に学級委員が答えていきました。質問は、宿題や部活のこと、給食はおいしいのかなど。画面越しに小学校の先生のお顔も拝見でき懐かしかったと笑顔の生徒もいました。約３０分ではありますが、小学生の小さな不安を少しでも解決し、中学校生活に大きな期待をもち入学してもらいたいという生徒たちの気持ちが込められた時間。最後は、手を振り合い散会しました。



ソーシャル・スキル・トレーニング講習会（第１学年）



１１月２日(月)、NPO 法人 SKILLS カウンセリングセンターの臨床心理士の講師をお招きしてソーシャル・スキル・トレーニング（以下、ＳＳＴと表記。）の授業を行いました。自分に目を向ける呼吸の時間、後出しジャンケンで勝ったり負けたりを練習する時間、活動を終えて気付いたことを共有する時間などがありました。これらを経て、自分を知ること・自分の感情をコントロールすること、そして相手との距離を上手にとることなどを学びました。生徒は講師の話をよく聴き、積極的に活動に参加していました。本校では、継続してＳＳＴに取り組んでまいります。

部活動大会結果等



○バドミントン部
・第 63 回練馬区中学校総合体育科大会バドミントン
女子シングルス　第５位
女子ダブルス　第５位
・令和８年度　東京都中学生バドミントンＪＯＣ大会
女子シングルス　第３位

○野球部
・第７９回練馬区スポーツ大会中学の部　準優勝

学校保健委員会／第２回学校評議員会

１１月１０日、学校保健委員会を開催しました。これは、学校における健康問題を研究協議し、学校保健活動を推進することを目的に、学校医、薬剤士の方々と学校で行っているものです。生徒の保健に関する状況や給食関係、地域の健康に関することなどを情報交換しました。朝食を食べることの大切さや、本校の生徒の歯の健康状況が良いことなども話題に上りました。

１１月２４日、第２回学校評議員会を開催しました。学校や地域の情報共有と意見交換、学校評価の内容確認を行いました。練馬区では令和１１年度には全校で学校運営協議会制度（コミュニティ・スクール）が導入されることも踏まえ、より多くの世代が参加できる方法等についても話し合いました。

ご連絡

○　今年も、１２月上旬までに学校評価アンケート（保護者用）を sigfy で送付いたします。何卒、ご協力の程、よろしくお願いいたします。

○　練馬区立学校の学校配信システムが、sigfy から「すぐーる」に変更することになりました。１２月を移行期間とし、１月から完全実施となります。つきましては、後日 sigfy でご連絡いたしますが、期日までのご登録をよろしくお願いいたします。



１２月の行事予定

４日(金) 教育指導課訪問
７日(月) 学年朝礼
１１日(金) いのちの授業（２年）
１４日(月) 全校朝礼　安全指導
２１日(月) 生徒会朝礼　避難訓練
２４日(木) 大掃除
２５日(金) ２学期終業式
２６日(土) 冬期休業日始（～１月７日まで）