



# 関中学校だより

第9号 令和4年1月31日

ホームページアドレス <http://www.seki-j.nerima-ky.ed.jp/>

心をこめて ～ より良い習慣を身に付け成長するために ～

校長 大澤 秀吉

テレビなどでは、新型コロナウイルス感染拡大に関する話が常について回ります。そのような情報にさらされる状況が続くと、誰でも「自分が感染したらどうしよう」「不安だ」のような考えが頭に焼き付いてしまいます。そうすると「なんだか落ち着かない」「ざわざわする」「心が定まらない」状態になっていきます。

毎朝、みなさんの下駄箱を見るのですが、感染者数の増加に合わせるかのように、下駄箱の靴が乱れ始めました。やはり、いつの間にか影響されているのかもしれないと考えました。

そこで、今日は急な出来事などに惑わされない「安定した心」になる方法を話します。

簡単な事ですが、難しいことです。

それは何かというと、皆さんが、何気なく行っていることを心を込めて丁寧に行うということです。

たとえば、ドアを開け閉め、イスに腰かける時、靴を下駄箱に入れる時、食事をしている時、水を飲む時、物を置くとき、物を渡すときなど、たくさんあります。

どうですか、心を込めて出来ていますか？

急いでいる時、量が多い時など、どんな時でも心を込めて行うようにしてください。

そうすると、物事に動じない安定した考え方や集中力が身につきます。

何かがあっても「どうしよう、どうしよう」と慌てることなく、一つ一つ解決に向けて対応することが出来るようになります。

さらに、いままで何気なく過ごしてきた日常に、気づきという発見が生まれてきます。

どういうことかということ、1年生の皆さん、朝教室に入ったとき、教室内が暖かくないですか？ 何故でしょう？考えてみてください、自然に暖房が入ってあたたまるということはありません。誰かが、教室を暖めていてくれたからです。このように当たり前のように気付かずに過ごしていた現実の下にある、素敵な真実に気付けるようになります。その気づきが人を成長させます。

さあ、簡単だけど難しい「心をこめる」に挑戦してみてください。目には見えない大きな力が身につきます。

【朝礼 校長講話より】

## 職業人の話を聞く会が行われました

1月28日(金) 昨年度に引き続き、石泉ライオンズクラブの方々を講師としてお招きし、1学年を対象に仕事について話をさせていただきました。

働くことや仕事の内容について詳しくお話して頂きました。



### 【関中生の活躍】

・1年 Tさん

令和3年度東京都教育委員会 防災標語コンクール

・2年 Sさん

第35回東洋大学「現代学生百人一首大会」入賞



“ネット授業我が家のアイドルおでましたネコが届けた和やかな昼”

### 【関中卒業生の活躍】

・卒業生 Aさん

第68回 全国高等学校剣道大会 2021年8月9日(月)～8月12日(木)

男子個人の部 優勝

\*年賀状が届き、がんばっている旨が書かれていました。

2年前、大阪で行われた中学校剣道全国大会において満足のいく結果がだせず、会場で高校で頑張りますと言っていたことを実現させたのだと、うれしく思いました。

### 【お知らせ】

練馬区教育委員会では新型コロナウイルス感染症の全国的な感染拡大を受け、令和4年1月19日(水)以降のスキー移動教室は中止とする判断がなされました。したがって本校でも2月6日(日)～2月8日(火)に予定されていた、スキー移動教室(2年生対象)は様々な準備をしていた生徒たちの気持ちを考えると、とても残念ですが中止となりました。