

桜台中だより



令和7年6月30日発行
白井市立桜台中学校

3年生に向けてエール 『総体・コンクール・作品展で完全燃焼 !!』

校長 堀 行伸

1年生時、入部当初の自分の姿を思い出してみてください。そして今の自分自身の姿を振り返りましょう。この2年3ヶ月余りで、良かったこと、悪かったこと、楽しかったこと、辛かったこと、喜んだこと、悔しかったこと、色々なことがあったかと思います。そして、心技体すべてが大きく成長したと思います。みなさん、よく頑張りました。まずは自分を褒めましょう。次に自分を支えた人に感謝しましょう。ここで私から3つのメッセージを送ります。

1つ目「平常心」です。普段から練習してきたことを100%出せば、自ずと結果は出てきます。練習してきた以上のことをやろうとすると力が入り過ぎる、自分を追い込み過ぎても結果は…。普段どおり「平常心」で100%の力を発揮してください。今までの自分を信じましょう。

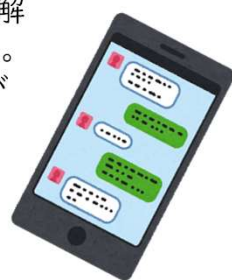
2つ目は、「良い緊張感を持ち続ける」です。優勢の時も気持ちをゆるめず、良い緊張感を持ち続けましょう。油断は大敵です。

3つ目、どんな状況でも「絶対にあきらめない」です。たとえ劣勢となっても、絶対にあきらめないでください。その気持ちが強ければ強いほど、そして、チーム全体が思えば思うほど、逆境を突破できる可能性が増大します。最後まであきらめないでください。東京五輪 卓球混合ダブルスで金メダルをとった水谷準選手は準々決勝で、2-9から逆転勝ちした最終ゲームについて、このように話していました。「負けがほぼ確定の状態だったが、今までと違ったのは諦めない気持ち。」トップの選手でも最後はあきらめない気持ちが勝利を勝ち取ったわけです。是非、みなさんも最後の最後まであきらめず戦ってください。先生は、最後の最後まで応援し続けます。部活動ではなく、校外で活躍している生徒のみなさんも、応援しています。



スマートフォンと上手な付き合い方!

ご存じのとおりスマートフォンは、ネット、カメラ、通信機器、ゲーム等、とても便利な情報通信機器で今では多くの人々が利用し、なくてはならない通信機器でもあります。上手な使い方をする、生活をより豊かにしてくれます。しかし、利用の仕方を間違えると、ちょっとした誤解からトラブルが発生し、時には大きなトラブルに発展する場合も少なくありません。SNS等での書き込みは保護者の指導の下、十分気を付けて利用し始めた。時が経つとどうでしょうか。実際に利用し続けているうちに、顔が見えない分、表現が強くなったりエスカレートしたり、結果的に複数で一人を攻撃してしまったりすることもあります。また、書き手は悪い意味で伝えていないつもりで送信したが、その真意が伝わらず相手は不愉快な思いする等、トラブルが発生しています。直接会って話せば、誤解がない内容がほとんどです。本校でも例外なく、ここ数年SNSトラブル数は増加しています。お子さんのSNSの中身をご覧になったことはありますか。当然子供は嫌がりますが、契約者・管理者は保護者です。言い換えれば、スマホ利用で未然に子供を守るのは保護者だけです。学校でも指導を継続していきますが、ご家庭でもルールや利用法など再度見直しをしてみてくださいはいかがでしょうか。



【SNS等での想定される嫌な思い】

- ・個人が特定できる画像や表現をされた
- ・グループに誘われ、断ることができなかった
- ・気にしていること、嫌なことを書かれた
- ・多くの人が自分の発言を否定してくる
- ・返信を強要される雰囲気がある
- ・どんな気持ちで書いているかがわからない
- ・伝えたい意図が伝わらない
- ・会って話しているときと違う
- ・自分だけ外されたグループがある

【スマホ等の家庭ルール具体例】

- ・名前、顔写真、学校名等(個人情報)は掲載しない
- ・他人が嫌な思いをする書き込みをしない
- ・知らない人からのメッセージには返信しない
- ・友達を無視したり、仲間外れにしたりしない
- ・友達にメールやメッセージのやり取りを強要しない
- ・パスワードは保護者が管理する
- ・食事中、歩行中は使用しない等の時間帯を決める
- ・困った時は、すぐに親に相談する

※千葉県「学校から発信する家庭教育支援プログラム」より