



学校だより

【生活信条】生き生き きびきび はきはき



川口市立幸並中学校

6月号 令和7年6月2日発行

川口市西青木 2-3-53 048-251-5601

他人をリスペクトする

校長 片倉 有紀

令和7年度も早二ヶ月が経とうとしています。

『『期待の登校 満足の下校』の実感をもてる学校』を目指し、日々の幸並ライフを充実させようと生徒諸君、教職員一同、奮闘しておりますが、やはりそれぞれが色々な想いを抱いている様子が窺えるときがあります。入学やクラス替えなど、環境が変わるこの時期は、皆それぞれがそれぞれのもやもやしたものを抱えることが多いのかもしれませんが、かくいう私もその一人です。

そんな時、元本校校長の柴田宏之先生（現・星槎国際高等学校参与）が来校され、一冊の本を紹介してくださいました。「自己肯定感、持っていますか？あなたの世界をガラリと変えるたったひとつの方法」（著・水島広子 大和出版）。

よく言われることですが、自己肯定感が低いと、「生きづらさ」を感じることが多いようです。そして、その本には、「自己肯定感とは、優れた自分を誇りに思うことではありません。『ありのままの自分』をこれでよいと思える気持ちです」とありました。

「ありのままの自分」?????

以前、ウェルビーイング（幸福学）を研究されている慶応大学の前野隆司教授が、人間はどんなときに幸せを感じるのかをまとめた4つの「幸せ因子」を紹介したことがありました。

1. 「やってみよう」因子（自己実現と成長） 夢や目標を見つけたとき。挑戦できる人
2. 「ありがとう」因子（つながりと感謝） 思いやりや、感謝の気持ちを持っている人
3. 「なんとかなる」因子（前向きと楽観） ピンチの時でも。楽観的に捉える人。
4. 「ありのままに」因子（独立と自分らしさ） 他人と比較せず自分らしく生きている人。

「自己肯定感」と「幸せを感じる因子」が合致した「ありのままに」。

でも、どうすれば、「ありのままに」自分を認めることができるのでしょうか？

著者の水島先生は、

他人をリスペクトできれば、自分のこともリスペクトできる、つまり自己肯定感が高まる。

と書かれています。

ここで大切なことは、「リスペクト＝尊敬」ではないことです。「〇〇できてすごい！」ではなく、ただその存在を「かけがえのない存在」として尊重すること。「その人のありのままを受け入れること」。

もちろん、それは、「不適切な言動をそのまま肯定すること」ではありません。どう考えても肯定できない言動もありますが、「何か事情があるのだろうな」と思うことができれば「相手のありのまま」を受け入れることができるようになるそうです。

「他人をリスペクトすること」が「幸せになる第一歩」

幸並中生がますます幸せになる新たな視点になるといいなと思っています。

6月行事予定					リフレッシュデー …月曜日 ↑週1回 ↓月1回 ふれあいデー …基本21日				
令和7年度									
日	曜	給食	部活	行事予定	日	曜	給食	部活	行事予定
1	日			3年修学旅行②	16	月	○	○	学校総合体育大会 (サッカー・バスケ・ソフトテニス)
2	月	○	×	3年修学旅行③ リフレッシュデー 衣替え	17	火	○	○	学校総合体育大会 (サッカー・バスケ・ソフトテニス)
3	火	○	○	3年振替休業日	18	水	×	○	学総中心日① 給食なし
4	水	○	○	3年振替休業日	19	木	×	△	学総中心日② 給食なし 試験1週間前(部活動停止)
5	木	○	○	S C来校	20	金	×	△	学総中心日③
6	金	○	○	1年校外学習 ALT終了	21	土			
7	土				22	日			
8	日				23	月	○	×	職員会議⑤ リフレッシュデー
9	月	○	×	専門委員会③ リフレッシュデー 尿検査2次	24	火	○	×	
10	火	○	○		25	水	○	×	
11	水	○	○	心臓検診(欠席者)	26	木	○	×	期末試験① SC来校
12	木	○	○	生徒総会・壮行会	27	金	○	△	期末試験②
13	金	○	○	中高水泳記録会	28	土			
14	土				29	日			
15	日				30	月	○	×	リフレッシュデー

令和7年度 前期市内カデット
交流強化会 (女子卓球部)

第3位

小池愛結 島田心希 近藤初音
夏原美凡 君塚百華 清水花帆
柳川紗良 山外なごみ

川口市中学生ソフトテニス強化
大会スプリングマッチ男子の部

第1位

加藤陽飛 黒瀬豪 野田陽久
岩澤虹洸 徐瑛泰 村上翔太
三枝舜 渡邊裕人

全日本中学校通信陸上競技大会
埼玉県大会 川口市予選会

金子幸樹 男子走高跳 第4位
男子2年100m 第8位
砂川りん 女子2年100m 第8位
女子100mH 第4位
新堂晴士 男子走高跳 第8位
男子走幅跳 第7位
武内美友希 女子円盤投 第5位(県大会出場)
女子砲丸投 第6位
ビーム紀杏 男子110mH 第2位(県大会出場)
松本律 女子100mH 第5位
女子走高跳 第3位(県大会出場)
渡邊大凱 男子400m 第8位

7月の予定

学校総合体育大会 陸上(1,2日) 水泳(2,3日) 3日(木) 地区別集会 4日(金) 3年実力テスト 非行防止教室 7日(月) 専門委員会 期末短縮期間(5校時まで 部活動なし)(9,10,14日)	11日(金) 期末保護者会 3年進路説明会 6組プラネタリウム 16日(水) 給食終了 17日(木) 学年集会 大掃除 18日(金) 終業式 民生委員連絡協議会
---	--

本校教育相談について お気軽にご相談ください。

6月のスクールカウンセラーの来校日：5日(木)、26日(木) *予定は

*さわやか相談室 TEL251-5968 9:30~14:30 変更になる場合があります

吹奏楽部、ふれあい祭りin 並木にて演奏！

5月25日(日)に、第29回ふれあい
祭りin 並木にご招待いただき、
演奏してまいりました。たくさんの
皆様に応援していただき、元気よく
演奏することができました。

