



令和4年＊3学期スタート

3学期始業式＜校長先生のお話＞



新年明けましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。

2022年、令和4年が始まりました。今年も引き続き、コロナ禍の中でのお正月だったのですが、ゆっくり過ごすことはできたでしょうか？

## 笑顔の効果

さて、今日は「笑顔」についてお話をしたいと思います。私自身、家族や皆さんがいつも「笑顔」でいられたらいいなと願っています。

皆さんは「笑う門には福来たる」ということばを聞いたことがあると思います。また、「怒れる拳（こぶし）、笑顔に当たらず」ということわざもあります。怒って拳を振り上げても、相手が笑っていると殴れないと言う意味です。笑顔は、コミュニケーションにおける最大の武器にもなるわけです。笑顔を積極的に利用することは、よりよい生き方につながりますね。

笑顔の効果については、古くから心理学的に調べられてきました。楽しい感情には、問題解決を容易にしたり、記憶力を高めたり、集中力を高めたりする効果があることが報告されています。また、近年は、脳科学的にも、笑顔がもたらす効果について明らかになってきました。

例えば、笑顔はそれを見る人、つまり受け取り側だけではなく、笑顔を作る人（笑顔を送る人）にとっても、よい心理効果があるということです。楽しいことやうれしいことがなくても、強制的に笑顔をつくる、もっというと笑顔に似た表情をつくるだけで、ドーパミン系の脳の神経活動が変化することがわかりました。「ドーパミン」は、脳の報酬系、つまり「快楽」に関与した神経伝達物質です。ということは、楽しいから笑顔をつくるというより、笑顔をつくと楽しくなるという効果があることが、私たち人間の脳にあることが明らかになりました。わざと笑顔をつくり、うれしい表情の顔のフリをするだけでも、脳はその信号を受け取り、反応するそうなので、私たちの顔の表情と脳のつながりというものは、実に不思議ですね。

## 笑顔は周りの仲間も笑顔にする

子どもの頃、お世話になった先生から「辛いときや苦しいときこそ笑いなさい」と言われたことがあります。実は、心理学的な面だけではなく、脳科学的にも理にかなった話だったわけですね。こう考えると、実は強制的にでも笑顔をつくることやいつも笑顔でいることは、幸福への一番の近道なのかもしれません。

「笑顔は伝染する」ともいわれていますから、自分が笑顔でいることは、周りの仲間を笑顔にすることにつながります。

まだまだコロナ禍にあって、なかなか先をすっきりと見通すことができにくい面はありますが、慌てず、確実に、「笑顔」で前に歩いていくことができる1年になるとよいと思います。



### 保護者・生徒の皆様

2学期末に行った学校評価アンケートへのご協力、ありがとうございました。アンケートのまとめは、本校 HP に載せましたので、是非ご覧ください。アンケート結果及び、いただいたご意見を参考に、さらに取り組みの改善・工夫を行ってまいります。今後ともよろしくお願い致します。

【青木中学校ホームページ <http://www.aoki-aoki-j.ed.jp>】

## ◇◇◇◇◇ 生徒会引継 \* 3年生から2年生へ ◇◇◇◇◇

**第2回生徒総会：12月16日（木）** 現3年生が進めてきてくれた生徒会の締めくくりとなる生徒総会が行われました。会員からは、各委員会のよい取り組みについて「来年度も続けてほしい」といった要望や、意見、質問が数多く出されました。役員は、それら一つひとつについて、丁寧に説明をしていました。意見を出す会員も、受ける役員も、互いに敬意ある態度で臨む素晴らしい生徒総会だったと感じました。3年生が進めてくれた生徒会は、役員だけでなく3年生全員が支え合いながら1・2年生を引っ張ってくれる力強さと安心感、そして温かさのある生徒会だったなあと感じます。3年生のみなさん、今までお疲れ様でした。卒業まであと少し、2年生への引継ぎをよろしく願います。そして、卒業のときまで、2年生の生徒会運営を温かく見守ってください。



### 生徒会引継会：12月17日（金）

12月16日（木）に行われた生徒総会、任命式を経て、翌17日に生徒会新旧役員による引継会が行われました。旧役員は、1年間行ってきた仕事をまとめた厚いファイルを示しながら、新役員に活動の説明をしました。活動の一つひとつに思いがあふれる3年生と、厚いファイルに不安そうな2年生の姿が見られました。3年生も、1年前は今の2年生と同じ思いだったはず。2年生は、今のうちに3年生に教わりながら、少しずつキミたちらしい生徒会を生み出していってください。応援しています。

### 第1回生徒会がありました

1月14日（金）、第1回の生徒会委員会が行われ、2年生が中心となって進む新しい生徒会がスタートしました。今回からメンバーが代わったため、年間を通じた仕事の概要の説明だけでなく、すぐに始まる当番活動の具体的な方法の詳しい説明がありました。実際にその場所に行き、カギの借り方を確認するなど、短い時間の中でしたが、委員会がスムーズに進んでいました。1回の本番を運営するためには、たった25分間の委員会であっても、事前に十分な準備をする必要がありますね。正副委員長さんは、慣れるまで大変だと思いますが、全2年生のバックアップを受けながら、ぜひ頑張ってください。

### 非違行為防止研修

1月26日（水）、PTA副会長さんにもご参加いただき、職員研修を行いました。「エゴグラム」を使って自分の考え方や捉え方のクセを知る研修です。自己理解をもとに、コミュニケーションでの配慮点について意見交換しました。

### 国語科授業公開\*12月13日（月）

これまで授業で学習してきた「論語」について、より多くの論語にふれながら、「自分を支えてくれる一節」を見つける授業です。事前に十分な資料・学習カードを用意し、活動手順とポイントがわかりやすいよう、丁寧に板書がされていました。3Bのみなさんは、資料集や本、タブレットでいろいろな論語を読み、心に響く一節を選んでいました。〇〇さんは「めっちゃいいこと書いてある」と感動のひとつ言をつぶやいていました。孔子に聞かせてあげたかったです。



## ◆◆◆ 2月の予定 ◆◆◆

- |  |   |
|--|---|
| 1日（火） 公立前期選抜志願受付（～2/3）                   | 14日（月） 学校集金振替日                            |
| 2日（水） 漢字道場⑤                              | 16日（水） 校長講話③ 公立前期選抜合格発表                   |
| 3日（木） 地域参観日④・学年PTA・PTA代議員会<br>専門委員会・総委員会 | 18日（金） 数学検定②                              |
| 4日（金） 漢字検定③                              | 21日（月） 公立前期選抜確約書締切                        |
| 8日（火） 公立前期選抜①                            | 22日（火） 公立後期選抜志願受付（～2/25）<br>県スクールカウンセラー来校 |
| 9日（水） 公立前期選抜② 1・2年3学期期末テスト①              | 28日（月） 図書館閉館日                             |
| 10日（木） 1・2年3学期期末テスト② 3年総合テスト⑥            | 公立後期選抜志願変更（～3/3）                          |

変更がある場合は、オクレンジャー、H.Pにて連絡します。



