



松 韻

潟上市立天王南中学校 校報
令和7年10月31日 第7号
電話：873-4300
E-mail：tennan_jhs@edu.city.katagami.akita.jp

目指す生徒像：4Sを大切にする生徒「Study Sport Spirit Smile」

「しなやかな強い心」を育てたい

人は大昔から集団でムラ社会を作っていました。現代、どんなにコンピュータが進歩しようとも、世の中が便利になろうとも、やはり人は集まって社会生活をしていくものと思われます。

人との関わりの中では、楽しいことだけでなく、我慢したり、嫌な思いをしたり、加害になったり、被害になったりすることもあるでしょう。

現実には、進学したり、社会に出たりしても、意地悪や暴言、いじめなどをする人はいます。もちろん、意地悪や暴言、いじめなどは、「する側」が絶対に悪いことです。してはいけない行為です。

だからこそ、そんなことに負けないで、自分の人生を堂々と自分らしく生きていくためには、「しなやかな強い心」をもつ人になることが大切です。

「しなやかな強い心」を育てるには、まずは自分自身の弱い部分、苦手な部分を認めることが大切です。人には誰にでも、「できない部分」、「苦手とする分野」があるものです。勉強が苦手、運動が苦手といったわかりやすい「能力面」もありますし、人付き合いなどといった面を苦手とする人もいるはずです。

このような「自分のダメだと思う部分」を無理に「変えなくては」と力むことはありません。「ここが弱い、苦手だ」という部分については「それもまた自分である」と考えてみることも大切です。特に保護者は、客観的な見地でお子さんの得手不得手を冷静に見抜き、関わっていくことが大切です。

我々日本人には失敗やミスを許さない「完璧主義」の傾向があると考えられています。例えば、95点の出来栄えだったとしても、95点のよくできた部分ではなく「5点」のできなかった部分に着目してしまうのです。この考え方が経済的には日本製の製品などの質を高めたとも言われていますが、「心理学」の面から考えると問題があるそうです。なぜなら人には「完璧な人」はいないからです。

心と体は密接につながっています。健全な人格を育むには、心身の健康が不可欠です。十分な睡眠、バランスのとれた食事、適度な運動、リラックスできる時間、心と体の健康を保つことも「しなやかな強い心」を育みます。

意地悪や暴言、いじめなどに直面したとき、人の心は傷つきます。しかし、そうした困難な状況を乗り越え、心の傷を回復できる「しなやかな強い心」をもつことは可能です。

人は決して一人ではありません。自分を信じ、周りの助けを借りながら、「しなやかな強い心」を育んでいきたいものです。

学校と家庭で一緒になって、多少のことではへこたれない、精神面での強さ「しなやかで強い心」を身に付けた人を育てていきたいものと考えます。

保護者の皆さんは、辛いことや嫌なことを自分はどうやって乗り越えてきたかを具体的にお子さんに伝えてやってください。そして、「大丈夫だと」励ましてやってください。

子どもの不満や文句をそのまま鵜呑みにすることなく、相手と戦ったり、やっつけたりすることでもなく、子ども自身が自分でそれを乗り越える術を、気にしない

で生きていく術を、人生の先輩としてアドバイスしてほしいと思います。
目先の損得ではなく、長い人生を豊かに生きていくための哲学です。
人の本当の強さは、「しなやかな強い心」だと私は考えます。

意地悪や暴言、いじめへの具体的な対処法

① 相手の言葉を真に受けない。

意地悪や暴言、いじめなどは、相手の心の問題であり、される側のせいではありません。「それは、する人の感情だ」と割り切ってください。暴言を吐く人は多くの場合、自分自身が満たされていないか、何らかの困難を抱えています。

② 距離を取る勇気をもつ。

物理的・精神的な距離を置くことは、心を守るために非常に重要です。その場を離れたり、連絡を遮断したり（SNSなどでの嫌がらせであれば、ブロックするなど）します。

③ 信頼できる人に相談する。

一人で抱え込むのは苦しいことです。必ず誰かに相談しましょう。

家族や友人、先生やカウンセラー、外部の相談窓口なども活用できます。

④ 自分を守るために証拠を残す。

いじめや暴言があった場合は、証拠を残しておくことは後々重要になることがあります。

日時や場所、内容をメモや日記に記録する。SNSのやり取りなどのスクリーンショットを撮るなどして保存しておくこと。

⑤ 肯定的な態度を示す。

時には、言葉で自分の意思をはっきりと示すことも必要です。

「やめてください」と明確に伝える。相手に「嫌だ」という意思を伝えます。感情的にならず冷静に対応する。

【自分で打ち勝つしかない！】

①②の対処法が最もよいかもしれません。（しなやかな強い心の持ち主です）

③は、そのことで解決できなくても心が少し軽くなります。勇気が湧いてきます。

④は争いになったときのための手段です。法的処置を辞さない場合もある。

⑤ができるようであれば、大丈夫。（しなやかな強い心の持ち主です）

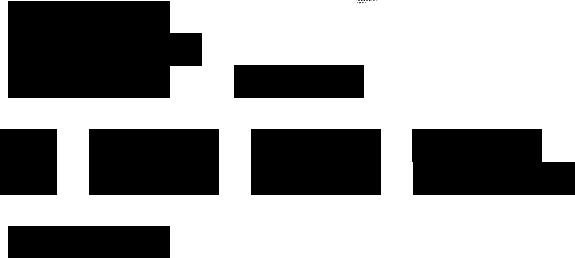
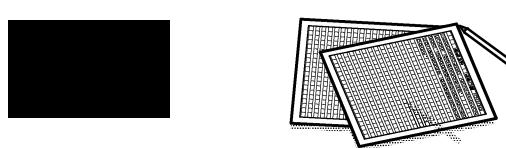
令和7年度 秋田県中学校秋季体育大会結果

- ◆サッカー <準優勝>
1回戦 天王南・羽城 2-0 勝平・秋田北
準決勝 天王南・羽城 1-0 城南・将軍野・土崎
決勝 天王南・羽城 1-2 山王
- ◆剣道男子団体 <予選リーグ3位 (2敗)>
天王南 1-3 御野場 天王南 1-4 横手南
- ◆剣道女子団体 <予選リーグ2位 (1勝1分 勝ち数差)>
天王南 2-1 ニツ井 天王南 2-2 秋田北



★生徒の活躍★

- ◆第44回全国中学校人権作文コンテスト 秋田県大会
<最優秀賞> 「なんでもできる手」
- ◆潟上市 ふくしの作文コンクール
<優秀賞> 「相手の気持ち」
<優秀賞> 「母の仕事から感じたこと」
<優秀賞> 「できることから始める福祉」
- ◆市郡読書感想文コンクール
<佳作> 「一人と一匹に教えられたこと」
<佳作> 「自分らしさ」
- ◆男鹿潟上南秋健康生活推進顕彰児童生徒
- ◆潟上市「熟議THEコンテスト」
<熟議 THE BEST 賞> チーム天南1号
<プレゼンピカイチ賞> ちーむ天南2号
- ◆マルハンカップ東北連盟コルト大会(野球)
<優勝> 秋田中央ポニー



11月、12月の主な予定

11月

- 1日 (土) あきた教育の日
全県秋季ラグビー大会
- 3日 (月) 文化の日
- 4日 (火) 専門委員会
3年生三者面談 (~11/14)
1、2年生面談 (~11/14)
- 5日 (水) 市郡教育研究会 (3校時限)
- 6日 (木) 計画訪問 (4校時限)
- 7日 (金) 安全標語表彰式
- 8日 (土) 全県秋季バレーボール大会
東北中学校駅伝大会
- 13日 (木) 生徒総会リハーサル
- 14日 (金) 生徒総会
- 16日 (日) 部活動テスト休み (~11/20)
- 19日 (水) 職員会議
- 20日 (木) **後学期中間テスト**
- 21日 (金) SOSの出し方講座 (1年生)
- 23日 (日) 勤労感謝の日
- 24日 (月) 振替休日
- 25日 (火) B6日課
- 26日 (水) C SW実行委員会
がん教室 (3年生)
PTA研修会 (ヨガ教室)
- 27日 (木) 餅つきを楽しむ会打合せ
- 28日 (木) ひまわりデー

12月

- 3日 (水) 全校朝会 専門委員会
- 4日 (木) **学習状況調査 (1, 2年生)**
- 12日 (金) 薬物乱用防止教室 (2年生)
- 13日 (土) アンサンブルコンテスト
- 18日 (木) 職員会議
- 19日 (金) 餅つきを楽しむ会準備
- 20日 (土) **餅つきを楽しむ会** (午前)
- 22日 (月) 教師ミニミニ体験事業 (~12/24)
- 24日 (水) 3年生を励ます会
- 25日 (水) **全校集会**
- 26日 (木) 冬季休業日 (~1/13)
- 27日 (金) 学校閉校日 (~1/4)



***11月17日(月)から冬季日課です。**
昼休みが30分から20分に変更となります。
下校時刻が10分早くなります。

11月26日(水)は「ヨガ教室」です。

12月20日(土)は「餅つきを楽しむ会」です。
たくさんの参加をよろしくお願いします。