



### いのちの授業

**やめたくてもやめられないのが「依存」**  
 あこれらで ネットやゲームを 遊んでしまおう。  
 後を引いて、後を引けない 精神的に打たれなくなるなり 運動とカン力はやっぱり 自分もみんなもこぼります。

これは今の時代なのに ネット・ゲームを やめられない。  
 ひどいぼっちの人は 病気(依存)になりやすい。  
 依存症になりそうな人、 つまみ孤立している人や、 何かに悩んでいる人(か)に 話を聞いてあげてあげますか？

**辛く、苦しい時「力」になるもの？**  
**本音で話ができる「人」の存在**  
 ・話すことによって問題が明らかになる  
 ・ストレスと緊張を和らげることができる  
 “人”を苦しめるのが“人”ならば、 “人”を救えるのも“人”

**誰かの支えに生きるために大切なこと**  
 ・プロ野球選手でもケガをすることがあります  
 ・それと同じように、 どんなに強いところを持っていても 痛み苦しむことはあります  
 ・誰かに話を聞いてもらうことは、 決して**恥ずかしいことではありません**  
 ・そして、誰にそっと聞いてだけで、 話しをじっと聴くだけで、 友達の大きな力になります

「精神科医として 今、中学生に伝えたいこと～ネット・ゲームが人間関係に及ぼす弊害～」と題して、**未来の風せいわ病院 理事長 智田文徳 先生**による特別授業を行いました。目標は、この会場にいる全員が、これから先もインターネット・ゲーム依存(障害)にならないこと。「もうやめて」と注意されても聞く耳を持たず、自分ではやめられなくなるのが「依存」。それは病気であり治療が必要な状態であることを、実例や脳科学の知見を紹介していただきながら学びました。**理性(心のブレーキ)が発達する25歳ころまでは、子供に依存性の高いもの(法律で禁じられているお酒やギャンブルや未だ法律が定まっていない依存性の高いゲーム等)を与えるのは危険**であることを、子供も大人も知っておかねばならないと思いました。また、ネット・ゲーム依存になりにくい人・なりやすい人の特徴も教えていただきました。

<p style="text-align: center;">なりにくい人の特徴</p> <p style="text-align: center;">自分の良いところも、悪いところも知っている          学校に自分の居場所がある          悩んでいる時や困った時、人に頼ることができる</p>	<p style="text-align: center;">なりやすい人の特徴</p> <p style="text-align: center;">ひとりぼっちの人</p>
---	--

そして、依存症になりそうな人、つまり孤立している人や、何かに悩んでいる人がいた時、傍にそっといてだけで、スクールカウンセラーのように相手をわかろうとすること、その人に心を傾け、話をじっと聴くだけで、友達の大きな力になれることも学びました。

本校生徒の中にも、夜更かしをしてゲーム漬けになり「依存症の崖っぷち」にいる生徒がいるかもしれません。今日の学びを忘れずに、この夏休みを過ごして欲しいと思います。

### 1 学期終業式 式辞

令和4年度の一学期をこうして無事に迎えて私が言いたいことは、いろんな人への「ありがとう」です。

まず、コロナ禍でも通常の学校生活を保つことができたこと。特に修学旅行や運動会、中総体などの行事は、多くの人の配慮と協力のおかげで、思う存分取り組むことができました。

日常生活でも、ありがたいなあと思う姿がたくさんありました。

- ・ 毎日気持ち良い挨拶をしていた人。
- ・ 日々の勉強や部活動に一生懸命取り組んでいた人。
- ・ みんなの先頭に立って頑張った人。
- ・ いつも自分の仕事に責任を持って取り組む人。
- ・ いつも元気よく活動している人。
- ・ 寂しそうな人に寄り添い、声をかけていた人。
- ・ 心配な人がいることを知らせてくれた人。
- ・ 悩みを打ち明けてくれた人。
- ・ それを受け止めて相談に乗ってくれた人。
- ・ つらいことがあってもめげずに学校に来ていた人。

みんな、いろんな経験をして、自分のことやみんなのことをよく考えて、一日一日を大切にしながら暮らして来たのだと思います。

話は変わりますが、先日、ヘラルポニーという団体の4周年のイベントに行ってきました。「普通じゃない」ということは同時に可能性だとして、障がい者の創作活動を経

済活動につなげる会社を立ち上げた人たちです。最も興味深かったのは、障害を抱えている人が絵を描き続けている理由を掘り下げた、ご本人と施設の方の対談でした。

- ・ 自閉症と知的障害のある小林寛さんは、大人になって心が安定するまでは、絵に没頭することでしか、自分らしくいられることができなかったこと。
- ・ 大人になるにつれて、自分が描くことを喜んでくれる人のために絵を描くようになって来たこと。
- ・ 周りの良き理解者に支えられて、今があること。

そんな話を聞いて思ったのは、周囲の思いやりに支えられて「自分らしくいられること」の幸せです。金子みすゞの「みんなちがってみんないい」という言葉を思い出します。こういった眼差しは、自分を価値判断の基準にしては生まれません。どんなに自分と違っていても、相手を否定せず、「あなたはあなたでいいよ」と言ってくれるこの言葉は、自他の区別なく命を大切にす極意のように思えてなりません。

夏休み中も、友達や家族をそんなふうにして過ごして欲しいと思います。そうすれば2学期は、一人ひとりがもっと輝く学校生活になるに違いありません。時には一人静かに物思いに耽り、本当に大事なことはなんなのかを考えてみる。そんな時間も大事にしながら、この夏を過ごしてみてください。そしてまた、始業式に元気な姿を見せてくれることを期待して、一学期の終わりの言葉とします。

## 1 学年の反省と夏休みの目標

よかったことは、クラスのほとんどの人が元気に登校していたことです。そして大きな行事でみんなが協力していました。また、期末テストでは、それぞれが持っている力を出し切っていました。

反省点は、2分前学習にあまり取り組めなかったことと忘れ物が多かったことです。2学期はみんなで呼びかけをしたりみんなで確認をしたりしていきます。

夏休みの目標は、規則正しく生活すること、部活動に積極的に参加すること、さらに計画的に学習することです。明日から始まる夏休みを充実したものにしていきます。

(1A 佐藤)

## 2 学年の反省と夏休みの目標

長いようであつという間だった一学期の中で、最も心に残っているのは運動会です。先輩を支えて後輩を引っ張っていかねばならない難しい立場での行事でしたが、大成功してよかったです。学校の先頭に立って引っ張ってくれる3年生の頼もしい姿には、まだまだ学ぶことがあると強く感じました。

反省すべき点は、時間意識が足りなかったことです。例えば、昼休みにのんびりと過ごしていたため、次の授業に間に合わないことがありました。これからは先を見通し、時間に余裕を持って生活し、授業に向かっていきたいと思えます。

夏休みには、1回1回の部活動を大切に、生活主観を崩さないように心がけていきたいです。先輩たちがいなくなった部活動が本格的に始まるので、各部が新人大会の目標を達成できるよう努力していきたいです。(2B 宮崎)

## 3 学年の反省と夏休みの目標

私たちは前期活動目標の「27人でまとまり、全校を引っ張っていこう」をもとに、学級目標「FLY」を掲げて生活してきました。

今学期は運動会という大きな行事で壁にぶつかることがあっても、自分達で声を掛け合いながら活動を進めることができました。

学習面では、タブレット教材を活用するなど、勉強に対する意欲が高まっている人が増えてきました。しかし、学習中に私語が増えたり提出物が期限内に出せなかったりと、ちょっとしたことが疎かになったり、タブレットの使い方が問題になったりしたこともありました。執行部をはじめみんなで呼びかけをしてお互いの意識を高めていきたいと思えます。

夏休みは受験生にとってとても大事な時期です。時間を有意義に使い、中学生最後の夏を楽しく有意義に過ごしたいです。特に学習時間をしっかりとって、それぞれの力を固めていきたいです。(3A 鷹嘴)

## 生徒会一学期の総括と夏休みの目標

一学期は、運動会や中総体を通し、学年を超えて仲間と協力し励まし合いながら、団結力を高めることができました。

夏休みは、自分との戦いです。毎日規則正しい生活を維持し、学習面では、1・2年生は1学期の復習と2学期の予習を、3年生は受験に向けた学習に力を入れましょう。

2学期は三中祭があります。全員で一丸となって取り組んでいきましょう。その為にも、これからも手洗いうがい、マスク着用を意識し、健康で安全な夏休みを過ごしましょう。(生徒会議長 山口)