

2017.10.2

第7号

## 甲府西高 2年次だより



### **後期スタート！仲間とともに成長する秋に！**

私は、皆さんのビブリオバトルに影響され、この夏休みに一冊の本を読みました。生徒の皆さんの気持ちを少しでも理解しようと、学校生活を題材とした本を選びました。瀬尾まいこさんが書いた「あと少し、もう少し」という本です。中学生が駅伝大会に参加し、大会への取り組みを通して、一人ひとりが成長するという話です。駅伝の大会に出るには6人のメンバーが必要ですが、陸上部所属で長距離を走ることができる生徒は3人だけです。あとの3人は助っ人という形で、校内の生徒を誘いチームを編成することになるのですが、この3人がとても個性が強い生徒ばかりで、学校一の不良と呼ばれる少年、吹奏楽部員、クラスのムードメーカー的な存在の少年というメンバーでした。考え方や育ってきた境遇などが違う6人ですが、最終的に全員がこのチームに不可欠であることに気づき、一人ひとりの個性を大切にしながら、良いチームを作り上げていくのです。加えて、前年度まで専門的な指導ができる体育の先生がいたのですが、その先生の異動により未経験の何も知らない美術の女性の先生が顧問になりました。最初は頼りない存在でしたが、顧問の先生も6人の生徒とともに成長していくのです。私はとても共感し、この本に書かれているメッセージを、皆さんにも伝えたいと思いました。

#### **○目的やスピードは違って良い。**

「走る」ということがメインの話ですが、6人の走り方や走る目的は違います。速く走るだけが全てではなく、その人に合った走り方があります。生き方や学び方も同様だと思います。

#### **○お互いの個性を尊重し合う。**

自分にしかないものを大切にしてほしいと思います。お互いに良いところを吸収し合ったり、その人の特性をわかった上で、支え合ったりすることが大切です。

#### **○仲間とともに成長する。**

駅伝は「襷を繋ぐ」ということに大きな意味があります。自分一人だけで走ることは得られない、仲間との絆を確認することができます。仲間との絆が深まった時、さらなるエネルギーが生まれるのだと思います。

今日から2年次の後半がスタートしましたが、高校生活3年間の後半のスタートでもあります。前号にも書きましたが、秋は物事に集中できる時期です。すぐに花を咲かせることだけを考えるのではなく、時間をかけてじっくり根っこを広げていきましょう。人の成長は見える部分ではなく、見えないところでもあるものだと思います。私自身も、この本の顧問の先生のように、皆さんとともに成長したいと強く思います。

2年次主任 小林 健

### **10月に力を入れること**

○履修の本登録が来月にせまりました。今月中に保護者と話し合う機会を持ち、早めに方向性を決めておきましょう。二者懇談でも担任の先生に相談してください。

○これから修学旅行の準備が本格化していきます。修学旅行は12月4日（月）に出発です。修学旅行委員会を中心に、旅行の準備が始まっています。沖縄の歴史や文化について理解を深めることにより、充実した旅行になることは確実です。また、クラスの仲間の良いところを見つけられる機会にもなると思います。2年次全員の手で、素晴らしい旅行にしましょう。

○スポーツの秋、芸術の秋…。それぞれの部活動では2年次生が中心となって活動をしています。運動部の新人戦、文化部の芸文祭、それぞれで皆さんの活躍も期待される季節です。仲間とともに一生懸命がんばる皆さんを、心より応援しています。

○大学入試センター試験の出願が9月26日（火）始まりました。部活動や学園祭でお世話になった3年生の先輩方が、遅くまで学校で勉強している姿に、皆さんも大いに刺激を受けていると思います。先輩の姿を見ながら、自分の進路について考えましょう。

○いよいよ11月の模試からは5教科受験となります。1年先を見据えて、計画的にバランス良く学習に取り組みましょう。

○「秋の日は釣瓶落とし」と言い、夕方急に暗くなります。気をつけて帰りましょう。特にバイク通学者は時間に余裕を持ち、慎重な運転を心がけましょう。

## 10月行事予定

日	曜日	A/B	予 定	日	曜日	A/B	予 定
1	日		更衣基準日	16	月	A	
2	月	B	後期始業式 大掃除(球技大会) 自転車ステッカー一点検実施週間	17	火	B	短縮50分授業
3	火	B	部集会(球技大会)	18	水	B	
4	水	B		19	木	B	修学旅行事前健康調査
5	木	B	健康の森ウォーキング事前健康相談 生徒協議会	20	金	B	短縮45分授業 報告会・生徒総会
6	金	B	健康の森ウォーキング大会事前指導(LHR放送) 委員会集会	21	土		
7	土		土曜講座	22	日		
8	日			23	月	A	
9	月		体育の日	24	火	A	
10	火	A	第2回定期試験入力完了	25	水	A	山梨大学教育学部学校訪問
11	水	行	第21回健康の森ウォーキング大会	26	木	A	
12	木	A	第21回健康の森ウォーキング大会予備日	27	金	A	授業公開(1,2)
13	金	A	第2回生活実態調査	28	土		土曜講座
14	土			29	日		
15	日			30	月	B	
				31	火	B	冬季原付免許取得説明会

◎今月は、2組正副担任、お二人の先生方の寄稿を掲載します。

### 「リフレーミングの勧め」

2組担任 秋山 裕

みんなは「リフレーミング (reframing)」という言葉を知っていますか？**リフレーミングとは、物事を認識する枠組み(フレーム)を変えることです。**例えば一つの例として、目の前に半分水が入った状態のコップがあるとします。この時事実としては、単に「コップに水が半分入っている」ということですが、「砂漠で喉の渇きを癒やすもの」というフレームで見れば不十分だと感じるものの、「薬を飲むためのもの」というフレームで見れば十分だと感じるでしょう。つまり、**状況や考え方によって捉え方が変わってくるのです。**このリフレーミングを学ぶことによって、**何かに失敗した時、プレッシャーがかかっている時など行き詰まっている状態の時に、認識の枠組みを変えることで新たな選択肢を見出すことができるようになります。**

行き詰まった状態を打開するリフレーミングの種類は大きく分けると二つです。一つは状況のリフレーミング。もう一つは内容のリフレーミングです。状況のリフレーミングとは、その人や物事は、「**他のどのような状況ならば役立つか？**」と、状況や背景の枠組みを見直すことです。内容のリフレーミングとは、意味のリフレーミングとも呼ばれ「**その物事には他にどんな意味があるだろうか？**」「**どんなプラスの価値があるだろうか？**」といった具合にその内容(意味)をつくる枠組みを見直すものです。

このようにリフレーミングを行うことで、私たちは「**何がうまくいかないのかを知る機会**」「**まだ気づいていない重要な意味に気づく機会**」そして「**何が大切なのかを学ぶ機会**」を得ることが出来るのです。知ってのとおり、偉人や発明家、成功者と呼ばれる人たちは、逆境や挫折や失敗を経験する度に「そこから学べるものは何か」「何をすればうまくいくのか」と、それを成長するための学びの機会としてきました。みんなもこれから先の人生で、幾多の失敗や逆境を経験すると思いますが、その一つ一つを成長のための機会と捉え、大きく羽ばたいていてもらいたいと思います。

### 「最近少し気になること」

2組副担任 清水 真澄

バスボイコット事件を知っていますか。バスには絶対乗らずに学校や職場に行くと決めて、強い意志で381日間続けた人たちの話です。この出来事が法をも動かしたという、アメリカ合衆国アラバマ州での事件です。きっかけはローザ・パークスという黒人女性が、バスの白人席に座っていたことをとがめられたが、移動しようとしなかったことにあります。彼女は逮捕され、その直後にキング牧師らがボイコット運動を先導し、次第に白人もバスに乗ることを控え始め、結果として市のバス事業は財政破綻の危機に瀕することとなるのです。1956年11月13日、連邦最高裁判所は、モンゴメリーの人種隔離政策に対して違憲判決を下しました。

これは遠い昔のお話などでは決してありません。今でもアメリカでは、1964年に廃止されたジム・クロウ法(黒人等有色人種法)の復活を望む動きが活発化しているそうです。皆さんもご存じのように、最近ではISISの影響で、イスラム教徒がすべて悪者に見立てられる傾向があります。日本で平和な生活を送っている私たちには無縁な気がする人種隔離や差別の問題。しかしよく考えてみると、身近なところに異質なものや異なる考えを持った人を遠ざけようとする動きがないでしょうか。ヘイトスピーチや外国人嫌悪、外国人労働者への扱い、果てはライン炎上等。もっともこれに関しては普遍的な人間の心理に触れずにはられません。優越感や劣等感(どちらかというところ)にとらわれがちな私たちの心の内に、時に分け入ってブレーキを踏まなくてはならないのです。世間ではこんな言われ方もあるようです。「幸せな人は意地悪をしない。」満たされている人は差別的な心情にはなりにくいということでしょうか。