

がんばるねばる

名寄東中学校学校だより

令和4年5月31日発行

集中と服装

名寄東中学校長 櫻庭 一也



5月末にもなると日差しも強くなり、気温も上がってきました。学校では、感染症予防のためマスクをしていますが、体育活動や部活動などでは、熱中症対策として場面に応じてマスクをはずすことができるようにしています。国や地方自治体等の方針を受けて、そのときどきの状況に合わせてコロナ感染症対策をおこなっていますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

さて、話はかわりますが、ノースウェスタン大学での実験を紹介します。人々を二つのグループに分け、集中力と反応力を必要とするテストをうけてもらいました。一つのグループには、お医者さんが着るような白衣をきてもらい、もう一方のグループには、普段着のままでテストを受けてもらいました。

面白いことに、白衣を着たグループは、普段着のグループの半分しかミスがありませんでした。白衣を着ただけで成績がよくなったそうです。白衣の医者は、知的で注意深いというイメージが強いため、白衣を着ただけで能力を引き出したのではないかと考えました。

そこで、もう一つ実験をしました。グループAには、医者が着る白衣であることを伝えて、それをきてもらい、グループBには、絵描きが着る白衣であることを伝えて、それを着てもらいました。もちろんどちらも同じ白衣です。そしてグループCには普段着でのぞんでもらいました。結果は、医者用の白衣を着たグループがもっとも成績がよかったそうです。

研究者たちは、この二つの実験を通して、能力アップの原因は服装ではなく、心の中のイメージが原因ではないかと結論づけました。自分に対する肯定的なイメージ、よいイメージを創り上げることが、能力アップの大きな要因となるということです。運動等で活用されるイメージトレーニングにも同じような効果が認められています。

しかし、私たちはよいイメージと実際の自分にギャップがある場合、心はギャップをなくそうと働きます。イメージを下げるほうが簡単のため、意識してよいイメージをもっていないと簡単に下がってしまいます。どうしてもよいイメージがもてない場合は、白衣を着るなどの形から入ってみるのも一つの方法なのかもしれません。

中学生の時期は、理想の自分と実際の自分のギャップを感じ、自尊感情や自己有用感が下がることがありますが、子どもたちは無限の可能性を秘めています。学校では、生徒一人ひとりのよさと頑張りを認め、生徒自身が肯定的なイメージをもつことができるように、できる限りそれを伝えるよう務めています。

子どもたちに寄り添いながら教育活動をすすめていますが、家庭や地域での姿などは、学校ではみえにくいこともたくさんあります。子どもたちのことで気になることなどがありましたら、いつでも学校までご連絡ください。



〈↑体育大会学級旗作成の様子です〉

日	曜	学校行事・生徒会行事
1	水	教育相談①
2	木	教育相談②
3	金	教育相談③
6	月	校内研修③
7	火	教育相談④ 心臓検診(1年)
8	水	教育相談⑤
9	木	中体連陸上大会
10	金	QUテスト(全学年)
12	日	テスト前部活動中止
13	月	テスト前部活動中止
14	火	テスト前部活動中止
15	水	1学期末テスト 常任委員会④
16	木	非行防止教室
23	木	夏季地区大会壮行会
24	金	中体連夏季地区大会
25	土	中体連夏季地区大会
26	日	中体連夏季地区大会
27	月	諸費納入日

6月行事予定

【4/26～29 修学旅行】

天候に恵まれた今年の修学旅行。函館山の夜景も、一度は延期したものの見学することができました。桜満開の五稜郭公園をはじめ、函館での自主研修等、たくさん思い出を抱えて、参加者全員、無事帰ってくる事ができました。旅行中自分たちの活動を振り返り、自主的に行動しようとする姿に大きな成長を感じる修学旅行になりました。



名寄東中学校部活動所属者数

	1年	2年	3年	合計
野球	3	2	2	7
男子バスケットボール	8	10	8	26
女子バスケットボール	3	2	4	9
女子バレーボール	4	3	6	13
男子ソフトテニス	2	3	3	8
女子ソフトテニス	3	4	8	15
男子バドミントン	8	27	7	42
女子バドミントン	6	6	4	16
スキーアルペン	1	1	0	2
スキークロカン	0	0	1	1
吹奏楽	7	8	7	22
美術	6	9	7	22
ボランティア	5	4	2	11
部活動参加生徒数	56	79	59	194
生徒数	68	94	66	228
部活動参加率	82.4%	84.0%	89.4%	85.1%

【各部活動部員数】

今年度の部活動加入率は約85%です。各部活動では、各部の目標に向けて取り組んでいます。部活動以外にも、学校外の様々な活動に取り組んでいる生徒もいます。

サッカー・柔道・剣道・銃剣道・カーリング・ダンス・スノーボード・トランポリン・オーケストラ等で活躍している生徒もいます。

【欠席・遅刻・早退の連絡方法の確認】

5月27日より、全学年でインターネット（Google フォーム）を活用した「欠席・遅刻・早退連絡」が可能になりました。

電話での連絡も承っております。保護者の皆様には安心メール等でお知らせしておりますが、御都合の良い方法で8時05分までに御連絡をお願いいたします。

連絡可能時間は次の通りです

○電話 7:30～生徒下校後1時間後まで

○インターネット いつでも入力可

ご不明な点がございましたら、学校（2-3174教頭）までご連絡ください。

また、安心メールに、登録希望の方がいらっしゃいましたら、併せてご連絡ください
よろしくお願いたします

名寄東中学校 欠席・遅刻・早退 連絡フォーム

兄弟姉妹で欠席/遅刻/早退する場合でも、入力は1名ずつお願いします。(ver.040401)

✉ t359921@nayoro.ed.jp (共有なし) アカウントを切り替える

*必須

【学級】生徒の学級を選択してください。*

選択

【氏名】生徒のお名前をフルネームで入力してください。(名字と名前の間に

東中生の活躍

○バドミントン部

4月23日～24日 春季近隣バドミントン大会

男子団体	2位	
女子団体	2位	
男子シングルス	3位	西 虹空
男子ダブルス	1位	西 虹空
		由井 蒼大
男子ダブルス	2位	檜山 春希
		山田 悠翔
女子シングルス	1位	畑山 京音
女子ダブルス	3位	畑山 京音
		高嶋 和花



○ソフトテニス部

5月21日～22日

第3回名寄・士別地区中学校王座決定ソフトテニス大会

中学女子(団体)優勝	名寄東中学校A
中学女子(団体)3位	名寄東中学校B
中学女子 優勝	佐々木 真凜
	佐藤 珀奈



東中の歴史を辿る

1966年卒業アルバムより～修学旅行～

