



# 円中ニュース

No 12 (令和4年 1月31日)

発行 茅ヶ崎市立円蔵中学校

校長 中村 一生

「本日の新規感染者数は…」毎日、耳にするようになって2年。わずか1ヶ月前は、毎日減っていく人数に、「これで終わるかも。」「あれも、これもできるようになる。」と心を弾ませ、前向きな気持ちになっていました。ところが、オミクロン株の爆発的感染拡大に伴う、感染者数の急激な増加。今では「もう、なにをやっても無理だ。」「いったいこの先どうなっていくのだろう。」そんな絶望感と不安感から、悲観的思考になってしまっている人も多いのではないのでしょうか？

「現実の受け取り方」や「ものの見方」は人によって違います。人は何かの出来事があったとき、瞬間的に想ってしまう考え方やイメージがあり、それは経験や環境の中で知らず知らずのうちに身につけてしまうものなのです。人によってその考え方やイメージにもクセがあります。そのクセによっては自分を苦しめてしまうことがあります。そこで、辛くなったとき頭に浮かんだ考えやイメージ(想ってしまう思い)を現実にとった柔軟でバランスのよい考え方(想ってみる思い)に変えていくことで、その時々を感じるストレスを和らげる方法を身につけることができます。

例えば**友人関係**で、このように想ってしまったら、どう考え方を変えたらいいでしょう？

友達から遊びに行こうと誘われたとき、都合が悪かったので「ちょっと…」と答えたら、友達が「あっそう！じゃあ今度！」と言われた。そこで自分は「嫌われた！もう誘ってもらえない！」と想ってしまい辛くなってしまった。

もし、友達がこんなふうに関心苦しんでいたら、自分ならどうアドバイスするかを考えるとよいです。

誘いを一度断っただけで嫌われるとは**現実的に考えにくい**。相手は「また今度ね！」と言っただけ。明日、自分から「おはよお！今度一緒に行こうね！」って話しかけてみよう。

**3年生**、今、とても辛いですね。他人は「みんな辛いんだよ！」って言うけど、そう言われても…。でも、知っておいてください。**貴方の周りには、一緒に心配して支えてくれる人がいることを。**



## 2月の主な行事予定

日	曜	朝読	学校行事	日	曜	朝読	学校行事
1	火	○	ALT来校	15	火		後学期期末試験(1・2年) ALT来校
2	水		ALT来校 常任委員会	16	水	○	
3	木		常任委員会報告 ALT来校	17	木		中央委員会議題検討
4	金		全校朝会(放送) ALT来校	18	金	○	
5	土			19	土		
6	日			20	日		
7	月			21	月		中央委員会 ノー残業デー
8	火			22	火		中央委員会報告
9	水			23	水		<b>天皇誕生日</b>
10	木			24	木	○	
11	金		<b>建国記念の日</b>	25	金	○	教室ワックスかけ(1・2年)
12	土			26	土		
13	日			27	日		
14	月		1・2年後学期期末試験	28	月		修学旅行代替行事

\*今後の状況により変更する場合があります。

### 【主な入試関係の日程】

- 2月11日(金)  
私立一般入試
- 2月15日(火)  
共通選抜共通検査  
(学力検査) 特色検査
- 2月16日(水)~18日(金)  
共通選抜共通検査  
(面接等) 特色検査
- 2月25日(金)  
追検査

# 校内書き初め展

1 学年

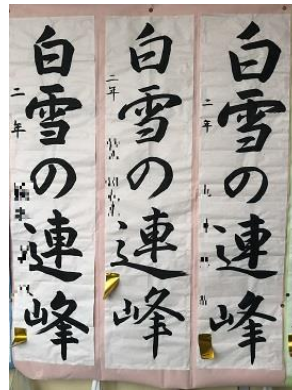


## 清新の気

「新鮮でいきいきしている」「新しく爽やか」という気構えを表す。

1 年	1 組	□□	▽▽
	2 組	□□	▽▽
	3 組	□□	▽▽

2 学年

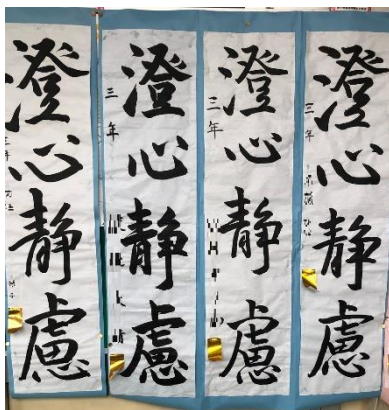


## 白雪の連峰

白い雪で覆われた、連なる山脈、複数の山が連なった山々。

2 年	1 組	□□	▽▽
	2 組	□□	▽▽
	3 組	□□	▽▽

3 学年

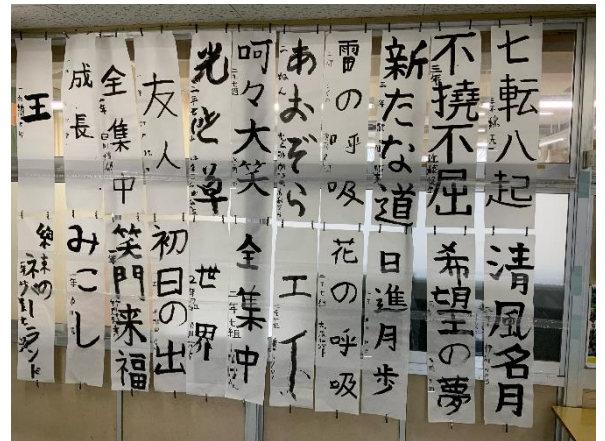


## 澄心静慮

(ちょうしんせいりよ)  
心を澄ませ、物事を深く静かに考える。

3 年	1 組	□□	▽▽
	2 組	□□	▽▽
	3 組	□□	▽▽
	4 組	□□	▽▽

7 組



### 〈お知らせ〉

茅ヶ崎市立中学校では、修学旅行が3年生にとって最も重要な行事の一つであるという認識の下、最大二度に渡る延期や行程の見直し等を行いながら、コロナ禍においても全ての生徒にとって安全・安心な形で実施できるよう、実施の可能性を探ってまいりました。

しかしながら、この度、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い変更された、「令和4年度神奈川県公立高等学校入学者選抜における追検査」の日程が、予定していた全ての学校の修学旅行と重なる、もしくは修学旅行直後となったことから、進路に係わる受検に対して、生徒が安心して向き合えるよう配慮することを最優先し、今年度の市立中学校の修学旅行については、中止することといたしました。

[茅ヶ崎市教育委員会 茅ヶ崎市校長会より]



### 〈お知らせとお願い〉

2月に予定しておりました、1年・2年・7組の授業参観・懇談会は、中止とさせていただきます。学校では、従来の感染予防対策の他、朝、放課後の職員による消毒作業などの取り組みを入念に行っており、家庭内で発熱等体調不良の方が発生した場合、濃厚接触者の可能性がある場合など、登校についての連絡、相談を引き続きお願いいたします。