



尼崎市立大庄北中学校
学校だより
校訓『自律、協調、自愛』

令和6年5月号
校長 西村 純一

「幸せになる方法」

今年度がスタートして、ひと月が経ちました。最初の全校集会で話した内容は「みんな仲良くしましょう」です。皆さんはいま自分の色（自我）が出てくる時期ですが自分の色を大切にしながら、仲良くするには周りの人の色（価値観）も認めてあげましょう。そして、仲良くするための魔法の言葉は、「ありがとう」と話しました。集会のあと、廊下で意識して「ありがとう！」を使っている生徒がいてとても嬉しかったです。

人は「ありがとう」「おかげさまで」という感謝の言葉を使っていると、脳からセロトニンという幸せを感じたときにでるホルモンが分泌されます。セロトニンは、自分のからだの免疫を高めるなど、身体に良い働きをもたらします。ちなみに、「ありがとう」を言われた人にもセロトニンが分泌されるようです。



ところで、人が幸せになるにはどうすればいいでしょうか。お金持ちになる？好きな人ができる？夢が叶う？などと答えが聞こえてきそうですが、実は、お金がなくても、好きな人がいなくても、夢がなくても人は幸せになれる。普段あたりまえと思っていることや小さな出来事を「幸せ」と感じる心があれば幸せになれるのです。しかし、つい他人と自分をくらべてしまい「自分は不幸だ」と思ってしまいます。何気ない日常を自分なりに見つめて、自分だけの幸せを増やしてみてください。



幸せになる方法は、他人とくらべずに日常の幸せに気づく心をもつことです。

「学校のようす」

冬の時期から校務員さんやコミュニティースクールの是澤さんが、校内に花の苗をたくさん植えてくれました。今、その苗が育ち、校内中にいっぱい花が咲いています。

そして生徒は、元気な1年生が入学して学校が明るくなりました。2年生は全校集会での話を聞く姿勢が素晴らしく良かったです。日頃から先生たちがしっかりと教えてくれている成果だと思います。3年生の授業は安定していて、コラボのタイムでは盛り上がり、机上ワークではしっかりと集中しています。また、5月14日からの修学旅行に向けて事前学習や各係の準備が行われています。行事を成功させるには、準備がとても重要になります。みんなで力を合わせて、頑張ってください。



保護者のみなさまへ

4月25日からの家庭訪問、ありがとうございました。お忙しいところ時間を空けていただき感謝いたします。今後ともよろしく願います。



尼崎市立大庄北中学校HP
学校からのお知らせ
月間行事予定表
学校だより&保健だより

