

ほ
穂な み
竝

第5号

令和4年7月4日発行

<http://toyoura.shibata.ed.jp>

「プラス思考」で未来を変える

校長 伊藤 真哉

みなさんに、「プラス思考」という考え方を紹介します。

心理学の例え話で、こんな話があります。

昔、ある靴の会社がありました。その会社は、作った靴を海外に輸出しようとして、2人のセールスマンを、ある国に派遣しました。

しばらくして、1人のセールスマンから電話がかかってきました。

「社長、絶望です。この国の人はまだ誰も靴を履いていません。」

その後、もう1人のセールスマンから電話がかかってきました。

「社長、最高です。この国の人はまだ誰も靴を履いていません。」

最初に電話をしたセールスマンは、この国の人は誰も靴を履いていないから自分の会社の靴が売れるわけがないとマイナス思考で考え、後で電話してきたセールスマンは、この国では誰も靴を履いていないから工夫次第では靴を買ってくれる可能性があるかとプラス思考で考えました。



人は、逆境に置かれると、つい、「ぐち」「言い訳」「あきらめ」「人のせい」などのマイナス思考におちいりがちになります。一方、プラス思考とは、「見方によっては、悪く見える状況を、きつとうまくいく、何とかなる、と良い方向に考え、物事を肯定的にとらえる考え方」のことです。

プラス思考がよいとされる理由は、医学的にも証明されています。プラス思考になると、良いホルモンが脳から出され、逆境や失敗を乗り越える力につながるそうです。

発明王エジソンは、実験に失敗したときに、「それは失敗じゃなく、その方法ではうまくいかないことがわかったのだから成功なんだ」と言いました。私は、この言葉に影響を受けて、「この事実は変えられないが、この事実の意味や価値を変えることはできる。」と前向きに考えるように心掛けています。



プラス思考は、苦しい場面に置かれたときや、失敗してしまったときにも、希望をもって前に進む力となります。それは、きっと、マイナス思考でとらえるより、「豊かな人生」や「幸せな未来」に近づくのではないのでしょうか。みなさんも、ぜひ、プラス思考について改めて考えてみてください。

下越地区大会がんばりました

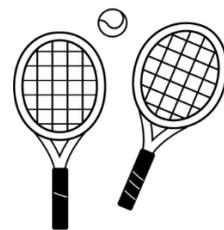
6月10日から6月25日にかけて下越地区大会が開催され、各会場で熱戦が繰り広げられました。勝負事ですので、県大会コマを進めた部や選手、惜しくもそれが叶わなかった部や選手とに結果は分かれてしまいましたが、特に3年生にとっては、結果だけでなく、2年以上の時間を費やして努力を重ねてきた過程、本大会という緊張感の中でプレーをして感じたこと、学んだことは、かけがえのない大きな宝物だと思います。ぜひ、この経験を次のチャレンジで生かしてほしいと思います。県大会へコマを進めた皆さんには、さらなる挑戦と健闘を期待します。



大会の結果

(個人については、入賞者のみの掲載といたします)

《野球》
1回戦 豊浦 10-0 朝日
2回戦 豊浦 4-0 新発田第一
決勝戦 豊浦 5-12 新穂 2位



《男子ソフトテニス》 団体戦
1回戦 豊浦 2-1 神林
2回戦 豊浦 2-0 聖籠
準決勝 豊浦 1-2 中条
3位決定戦 豊浦 2-1 紫雲寺 3位 県大会へ
個人戦 大滝悠斗・徳永莉斗ペア ベスト8 県大会へ
佐藤空穂・田中悠斗ペア ベスト8 県大会へ

《女子ソフトテニス》 団体戦
1回戦 豊浦 3-0 水原
2回戦 豊浦 2-1 五泉
3回戦 豊浦 1-2 村上東 ベスト8
個人戦 臼井乃愛・猪股優衣ペア 3位 県大会へ

《バレーボール》 予選リーグ2位 ①豊浦 2-1 岩船 ②豊浦 0-2 阿賀津川
決勝トーナメント1回戦 豊浦 0-2 本丸

《陸上》 共通女子走幅跳 5位 加藤苺花 県大会へ



下越大会を終えての感想

私が下越大会を終えて大切だと思ったことは、あきらめない心です。私はあきらめずに最後まで走ったので、1,500mは、決勝に出ることができました。800mは、あと2秒で県大会だったので悔しかったです。最後の大会でしたが、練習してきたことを全て出し切れて、よかったです。

3年1組 渡邊 朝日(陸上)

私たちは、6月10日、25日の個人戦と、24日の団体戦に参加してきました。個人戦では、ペアで協力をして、部活動の目標の「日々の練習を活かした試合をする」を達成できたと思います。団体戦では、みんなで一丸となり県総体出場を目指してベストを尽くした試合ができました。私は、下越総体で改めて仲間の大切さを学びました。仲間と一緒に練習し、その成果を大会で発揮することができました。みんなで見つけた勝利はとても嬉しかったです。

3年1組 猪股 優衣(女子ソフトテニス)

私たちは、6月24日の団体戦と、25日の個人戦に参加してきました。あまりいい結果は残せませんでした。その代わりに、多くの改善点を見つけることができました。まずは、自分の苦手な部分を改善して、自分のレベルを上げたいと思います。まだ、大会になると、いつもの自分を出せなくなってしまうので、日頃から緊張感をもって、練習に励みたいと思います。

3年1組 大滝 悠斗(男子ソフトテニス)

野球部は、下越大会に参加した結果、準優勝という結果でした。新チームで始まったとき、みんなで北信越を制覇するという目標を立てました。その目標に向かってキツイ練習をがんばりました。しかし、目標にはほど遠く悔しい結果となりました。ですが、野球部全員、このチームでやれてよかったと思う最高のチームでした。

3年1組 磯邊 鳳雅(野球)

私たちバレー部は、1年生が入ってくるまで4人で活動していました。4人で1年生を待ちながら、一生懸命練習してきました。4月に1年生が入部して、チーム練習ができるようになったり、大会にも出場できたりしました。目標の下越大会二日目出場ができて、何試合か勝つことができました。今まで4人ががんばってきて、目標を達成し、勝つことができたことはとても良い思い出になりました。

3年2組 本間 雛希(バレー)

私たちは、6月24日に行われた下越地区総体で1回戦負けという結果でした。反省点はたくさんありますが、緊張はあまりなく、純粋にバドミントンを楽しめて本当にうれしかったです。もちろん、負けたときの後悔も今までの倍以上ありました。しかし、今回の反省も後悔も一だけで考えず、十としても考えて活用し、今後の練習や大会に励んでいきたいです。

3年1組 猪股 祐太(バドミントン)

CAPプログラム「保護者ワークショップ」のお知らせ

今年度も、CAPプログラム「大人ワークショップ」を行います。7月1日付でご案内文書を配付しました。このワークショップでは、いじめや暴力に対する人権意識を高め、子どもたちを守るために私たち大人ができることについて考えます。いじめ等のトラブルの早期発見のため、保護者の皆様のお力をこれまで以上にお借りしたいと思えます。1人でも多くの方からのご参加をお待ちしています(7月14日までに提出してください)。

- ◇日時 令和4年7月30日(土)
- ◇時間 午前10時～12時
- ◇場所 豊浦中学校会議室
- ◇対象 保護者・地域の皆様
- ◇講師 NPO法人 子ども・人権ネットCAP・にいがた
- ◇申込 7月14日(木)までに担任へ
- ◇内容



- CAPの基本となる考え方
- 子どもワークショップの体験
 - ・暴力やいじめについての一部を、子どもの気持ちになって体験する。
- いじめから子どもを守るために、大人にできること
 - ・思春期の子どもを理解し、成長を支える
 - ・子どものSOSを見逃さない。子どもの話を聴くときのコツ、子どもへの接し方

