

# 少年の夢 をとめらの希望

生徒指導委員会発行

中学校生活の向上を目指し、沼中で大切にしている考え方を振り返って見ましょう。生徒指導委員会より不定期な発行(全24回を予定)になりますが、第1号では「挨拶」について紹介します。

## 沼田中学校のよき伝統

よき習慣

# 挨拶

数年前、あるホームページに、受験生をもつ母親の言葉が掲載されていました。

「入試は完璧でした。子供に聞いてもできなかった問題はありませんでした。家で過去問題を解かせても苦手なものはありません。しかし、不合格でした。心当たりは全くありません。」

こんな答えが書いてありました。

「試験では、当然に学力が採点されます。しかし、生活の様子も採点されるのです。ペーパーテストを受ける時の姿勢や態度、挨拶や返事の言葉など、試験官は至る所のポイントでボードの採点表に○や×を付けています。怖いですが、でも、これが受験の世界です。社交ダンスの級取りの採点と同じです。前出のお母様はもしかしたら、お子さんの「しつけ」を完璧になさっていたのかもしれない。試験官がお子さんを見たときに、偶然にふてくされた顔をしていたのかもしれない。ただまたまよを見をしているときに名前を呼ばれ、一回で返事をできなかった

のかもしれない。受け持ちの試験官が辛口の人だったかもしれない。受験者数が多く、学力が拮抗していると、ほんのちよっとした油断が合否を分けます。

今紹介したのは、「しつけ」ができていても、残念ながら不合格になってしまった例だとは思いますが、「しつけ」がなっていないお子さんは間違いなく不合格です。たとえペーパーテストで満点を取っていてもです。なぜだかわかりませんか。逆の立場になって考えてみましょう。もし、あなたが校長先生だったら、どちらの生徒を合格させますか。

①勉強はできるけど、



礼儀正しくない生徒

②素直で礼儀正しい生徒

もちろん②ですよ。礼儀正しい生徒だと授業もスムーズに進みます。生徒は制服を着て登校します。言い換えれば「歩く広告塔」なのです。

朝の挨拶から始まり、感謝の言葉、別れの挨拶など、時と場所に応じた挨拶は常識です。最近、気持ちのよい挨拶のできる人が増えてきているように感じます。沼田中学校では、大きな声で、さわやかに挨拶や返事ができることを誇りにしてきました。すばらしいことです。また、昨年度からは次のような考え方で実践に努めています。

あゝあかるく 爽やかに  
いゝいっつても どこでも 誰とでも  
さゝさまに  
っゝっつけて

挨拶は自然にできるようになるものではありません。一年生にとっては沼

田中学校に入学してまだわずかですが、つい数週間前まで何も気にならなかった挨拶や返事について指導を受け、驚いたり戸惑ったりしている人もいるかもしれません。日に日に声量も大きくなっていくように感じますが、「挨拶をしない」と言われてからしている挨拶はまだまだ本物ではありません。時と場所に応じたいいろいろな挨拶を、自ら考えて実行するのです。

ここまで読んで、「中学校は大変だー」「受験なんてまだまだ先だー」と思われませんか。ここに書いたことは高校受験対策ではありません。受験の有無とは関係なく、挨拶とは人と関わりながら生きていくうえでとても大切なことであり、常識的なことなのです。日本には、ご飯を食べるときに「いただきます」と言い、食べ終わったら「ごちそうさま」と言うよき習慣があります。私たちにはごく普通のありふれた行為ですが、外国にはあまりこういった風習はないそうです。これらの挨拶には、人間に命を与えてくれる食べ物への感謝とともに、天地の恵み、命のつながり、作ってくれた人への感謝の心が集約されているのかもしれない。また、同じような言葉に「おかげさま」があります。これも海外ではほとんど存在しない言葉だそうです。

この広い社会の中で、私たちは一人で生きていくものではありません。永遠ともいえる子孫とのつながりの中からこの地に生まれ、今を生きるさまざまな人やものとのつながりが生かされているのです。

そんなとき、「挨拶」とは、人と人、人とのをつなぐ言葉のように感じます。だから、学び、身に付けてほしいのです。

4月1日スタート!

## 連絡

通学靴は  
白色の  
ランニング  
シューズ

昨年度、服装や頭髪などのきまりをまとめた「生活指針」の見直しを図りました。数年にわたって検討した結果、次の2点を変更しました。

### ①通学靴

○体育の授業に兼用できるランニングシューズ(運動靴)  
・色は白とする。  
・冬期や雨天には、長靴、スノートレ、ブーツを使用してもよい。

### ②靴下

○色は、白とする。  
・ワンポイントは可、ライン入りは不可。  
・長さは、くるぶしが隠れ、ひざ下までとする。  
・スニーカーソックスは、夏服用期間の6〜9月に限り、使用を認める。ただし、儀式や行事のときは、くるぶしが隠れるものを着用する。  
・女子については、冬期間において、肌色や黒のストッキングの着用を認める。

その他の点については、4月11日の生活向上オリエンテーションなどで説明します。

次号の発行は、4月27日を予定しています。「沼田ノート」や「生活向上オリエンテーション」の様子について紹介します。

# 少年の夢をとめらの希望

新年度がスタートして三週間が経ちました。一年生のみなさんは、沼中生活に慣れてきましたか。第2号では、先日行われた「生活向上オリエンテーション」の様子や、毎日の生活を支える「沼中ノート」について紹介します。

## 生活向上オリエンテーション

4月11日(水)、全校生徒を対象に学校生活の向上や充実を目指したオリエンテーションを行いました。

「生活指針」と呼んでいるプリントを活用しながら学校のきまりの確認し、登下校時の安全を呼びかけました。今年から導入した「沼中ノート」に関しては、意義や活用法などについての説明がありました。また、情報モラル、図書室や体育館、保健室の利用のしかた、部活動や相談活動についても紹介しました。昨年度の成果としては、通学靴の改善や挨拶の向上を確認しました。特に、玄関に並ぶ通学靴には、清潔感や統一感が表れています。挨拶については、春の交通安全運動に伴って街頭指導をしていた担当から、「挨拶の声や表情が明るい」「入学したばかりなのに、一年生もよくできる」「横断歩道で止まってくださったドライバーにも会釈していた」など、高い評価が寄せられています。また、図書室の貸し出し冊数も年々増加しています。

一方、課題としては、人間関係を築く力の向上を目指しています。

## 沼田中学校のよき伝統・よき習慣

### 沼中ノート



心を磨く魔法のノート。昨年度までは「生活ノート」「日記」などと呼ばれていたノートを、沼中独自のものに作り替え、「沼中ノート」が誕生しました。

毎朝、登校したらすぐに担任の先生に提出する「沼中ノート」は、単なる連絡帳や日記ではありません。帰りの会合のときに、翌日の授業内容や持ち物、宿題や行事予定などを記録するほか、帰宅後の家庭学習について計画を立てるコーナーを設けました。もちろん、実際の頑張りを記録したり評価したりする項目もあります。

つまり、PDCAサイクルの考え方をいかして、自主的な家庭学習を期待し、学習習慣の確立を目指しています。また、一日の生活を振り返り、自分の思いや反省、明日への意気込みなどを「書く」、日記指導を大切にしています。きっと担任の先生からのコメントを、毎日楽しみにしている人も多いことでしょう。

PDCA	
Plan	(計画)
Do	(実行)
Check	(評価)
Action	(行動)

書くとは、  
ものをしっかりと見ていくこと  
書くとは、  
ものをしっかりと考えていくこと  
書くとは、  
自分の心がはつきりしていくこと  
書くとは、  
みんなの気持ちがつながること

よい文章は、いきいきとした生活の中から生まれるものです。自分の生活が

ある限り、誰だって書けるし、書く力をもっています。自分を取り巻く生活(家族、友だち、学校、地域)を、いつでも、どこでも、目や耳や心を働かせて、どんなことも見逃さずに、驚いたり、喜んだり、悔しがったり、心配したりできるように、心を磨いていきましょう。また、月別行事予定表や週間行事予定表もありませんから、計画的な行動に役立ててください。なお、欄外には、生活向上のヒントになる月間生活目標を記載したり、豊かな心を育むために、道徳の内容項目や偉大な先人たちの名言を盛り込んだりしてあります。

- だから、「沼中ノート」を有効に活用することで、次のような効果が期待できます。
- 見通しをもって生活する。
  - 生徒と先生との信頼関係を築く。
  - 一人で悩まず、相談しながら問題の解決を図る。
  - 一日一回、自らを振り返る。
  - 規則正しい生活習慣を身に付ける。
  - 家庭学習を習慣化させる。
  - 書く習慣を身に付け、書く力を高める(高校入試対策)。
  - 青春時代の思い出をまとめた宝物のような一冊が手に入る。

人間として大きく成長していくためには、まず元気であることが条件です。そのためには、規則正しい生活習慣を身に付けることが大切です。そして、学力向上を支えるのは、規則正しい生活や豊かな心です。「沼中ノート」の取り組みを通して、もう一度自分の生活を見直し、向上させていきましょう。



## 生活委員会のあいさつ運動

前回の通信では、「挨拶」の価値について見つけましたが、時と場所に応じたいろいろな挨拶を、自ら考えて実行するようになりましたか。

昨年度より校長先生や生活委員会が、毎朝、各学年の玄関先で挨拶運動を展開しています。生活委員長の大井一輝くん(3-4)も、挨拶を委員会活動の重点項目に掲げ、「気持ちのよい挨拶ができる学校にしたい」「生活委員会の挨拶運動を徹底したい」と話しています。挨拶の輪を広げ、人と人とながらがる学校を築いていきましょう。



明日から大型連休(GW)です。部活動で忙しい人が多いかもしれませんが、安全面に気を付け、沼中生としての自覚ある行動を心がけましょう。

次号の発行は、5月1日を予定しています。沼中で大切にされている考え方の一つ、「凡事徹底」について紹介します。

平成24年5月1日

生徒指導委員会発行

# 少年の夢 をとめらの希望

木々の緑が目にも鮮やかな季節となりました。始業式や入学式、身体計測や各種検査など、何かと慌ただしい四月が過ぎ、五月晴れの空を悠々と泳ぐ鯉のように成長がより一層期待される五月を迎えました。



第三号では、沼中が大切にしている考え方の一つ、「凡事徹底」について考えていきましょう。

# 凡事徹底

「沼田市・先生の日」の4月25日、沼田市内の小中学校や幼稚園に勤務する教職員が集まり、現在や未来の教育について考えました。全体研修会では、自動車用品を販売するイエローハットの創業者で、掃除道を国内外に広めた鍵山秀三郎先生を講師にお招きし、「凡事徹底」が平凡なことを非凡に努める」というテーマで講演会が開催されました。誰にでもできそうな簡単なことを徹底して行う「凡事徹底」の考え方や、トイレ掃除をはじめとする掃除道の実践風景などを紹介していただきましたので、講演の一部をお伝えします。

●日本人の美德である「忍耐力」が、今日の自分につながっている。

●過去への感謝をもつ人が、未来への責任感をもつことができる。

●よい仲間・よい縁  
よい人との縁がなければ生きていく意味がない。よい縁を続けるには、恩を感じることである。



●正しく生きる

内村鑑三氏が言うように、「金や物を残すのではなく、正しく生きることが人間の生きる意義」だ。日々の行いを通して、次の世代に伝えていくものがあるかが生きるうえでの課題である。

●誰の仕事でもない仕事

仕事は3つに分かれる。役割がはっきりしている「私の仕事」と「あなたの仕事」、役割が明確でない「誰の仕事でもない仕事」がある。「誰の仕事でもない仕事」を「私の仕事です」と引き受ける集団はよい集団である。

●凡事徹底

「凡事徹底」とは「平凡なことを徹底して実践すること」を言う。誰もが当たり前だと思ってしまうことでも、徹底して行えば素晴らしいことになり、何かが変わっていく。「凡事徹底」の条件は次の3つである。

- ①すべてに行き届いている
- ②その人の主義と行動が一致している
- ③すべてのものを活かす

●岩手大附属中の修学旅行

修学旅行で、鍵山先生の話をお聴いた後、掃除実習を行ったりした生徒が、次のような感想をまとめた。  
「掃除は『やらされるものだ』とばかり思っていた。しかし、今日掃除して、その考えが変わりました。掃除は『させていただくものだ』と気づくことができました」

●西郷隆盛さんの生き方  
心が温かく、思いやりがあり、弱者に対して徹底して優しい。

●三つの幸せ

高橋住子先生は、人間には「もらう幸せ」「できる幸せ」「あげる幸せ」の三段階があると説いている。

「もらう幸せ」は、人からものをもらったり、何かをしてもらったりしたときに感じる幸せ。「できる幸せ」は、それまでできなかったことができるようになったときに感じる幸せ。「あげる幸せ」は、人にものをあげたり、困っている人を助けてあげたりするときを感じる、本物の幸せである。

最後に、鍵山さんの著書『正しく生きる』として大切なことは何か(「アスコム」)の一部を紹介します。

目に見えないものは、目に見えるものよりも大事なことが多いのです。(中略)その「見えないもの」を見る方法があります。「人の心」は目に見えませんが、「心遣い」は目に見えます。「人の思い」も目に見えませんが、「思いやり」という形で見ることが出来ます。また、「気」という見えないものも同様、「気配り」という形で見ることが出来ます。そういう目に見えないものを、さまざまな形で見る。これが「配慮」であり、かつての日本の社会はそうやって穏やかな社会をつくってきたのです。いま、それがなくなってきたため、人間関係が希薄になって混乱し、社会が複雑になっています。だから、春らしくい世の中になってしまったのです。(中略)

「あ・うん」の呼吸という言葉がありますが、ちょっとした「思いやり」と「心遣い」が世の中に満ちていけば、穏やかに春らせる社会が実現するはずです。

初夏に向かって

衣服についての

# 連絡

確認を  
お願いいたします



①「トレーナー」の着用  
学校指定のトレーナー着用期間は、10月から5月です。二・三年生は確認してください。

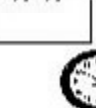
②「衣替え」の準備

6月1日(金)から、「衣替え」です。男子の通学服は「白いYシャツ」、女子は「白いセーラー服」になります。夏服の使用期間は9月30日までですが、肌寒い日は冬服を着用するなど、衣服の調節を工夫してください。

③「下校時刻」の遵守

今年度から「延長部活動」を行わず、左記の通り、完全下校時刻が統一されました。部長会議では、各部の部長が先頭に立ち、生徒自らの手で下校時間を守ろうと共通理解が図られました。また、放送委員会の生徒が「沼田の歌」を流し、スムーズな下校を呼び掛ける姿も習慣化してきました。

完全下校時刻(4~9月)



- ・月曜日 17時00分
  - ・火・金曜日 18時30分
- ※なお、家庭訪問期間中の完全下校時刻は次の通りです。
- 8・9・10・11日 16時20分
  - 16・17日 17時20分

次号の発行は、5月21日を予定しています。「衣替え」や「非行防止教室」の様子について紹介します。

# 少年の夢 をとめらの希望

大型連休が明け、授業変更のあった家庭訪問も終わり、落ち着いた学校生活を送っています。一ヶ月後の旅行に向けた事前学習も進み、期待感がより一層増しているようです。なお、「衣替え」の季節も近づいてきました。夏服の準備をよろしくお願ひします。

## 衣替え

春さきて 夏来にけらし 白妙の  
ころも ちよう 天の香具山  
衣ほすてふ 天の香具山



持統天皇

右の和歌は、百人一首に収められているものです。意味は、「もう春は過ぎ去り、いつのまにか夏が来てしまったようですね。香具山には、あんなにたくさん真っ白な着物が干されているのですから。」となります。

6月1日から「衣替え」です。男子はYシャツに、女子は白い夏服になり、清潔感あふれる爽やかな服装で過ごす期間がやってきます。

「衣替え」は、平安時代の宮中行事から始まった習慣だそうです。当時は中国の風習に倣って4月1日及び10月1日に夏服と冬服を着替えることと定め、これを「更衣(こうい)」と呼んでいました。鎌倉時代になると、「更衣」は衣服だけでなく、調度品まで取り替え



ることを含むようになってきました。また、江戸時代には、着物の種類が増え、幕府は公式に年4回の衣替えでの出仕を制度化しました。

明治政府は、洋服を役人・軍人・警察官の制服に定め、夏服と冬服の衣替えの時期も制定しました。明治6年(1873)1月1日より、新暦(太陽暦)が採用され、6月1日から9月30日が夏服、10月1日から5月31日が冬服と定められました。やがて、これが学生服に、次第に一般の人にも定着し、官公庁や企業、学校などが毎年6月1日と10月1日に衣替えを行うようになりまりました。

年2回の衣替えにおいて、それぞれの衣服を「夏服」「冬服」と呼んでいます。しかし、日本の季節は夏と冬だけではありません。夏だけは専用の制服があります。他の季節はすべて冬服で対応しなくてはなりません。まだまだ天候の不安定な日もあるかと思ひますので、衣服の調節に気を配ってください。

なお、沼田中学校では、現在着ている制服を冬服とは呼ばず、「通学服」と呼んでいます。10月1日から5月末まで着る通学服は、幅広い気温の変化の中で、多少の融通が利くように作られているそうです。少し肌寒く感じる日もあります。夏服ではなく通学服を着たり、中に着る下着で調節したりと、さまざまな工夫をして気温の変化に対応していきましょう。



### 制服の着方について

**「感じ取れないくらいかすかな気配から、異変が起こることを予感し、防がないと、大変なことになる。崖が崩れ巨大な岩が落下する状態になってからでは、もうどうすることもできない。」** 瀬尾河童『少年H』で伝えたかったこと



制服はきちんと着こなしてこそ価値があります。制服を着用する職業を思い浮かべてみると、警察官・看護師・企業のOL・消防士・自衛官など多岐にわたっています。集団意識、所属意識を高めることにより、責任感や協調性の質も高めることができます。企業については、よきイメージづくりにも貢献しています。

シャツ出しや腰パン、ボタン外し、短いスカート、体育着登校…。受験の時だけ取り繕うような卑怯な人間に育ってほしくありません。「服装の乱れは心の乱れ」と言いますが、ただ服装を直すだけではなく、心もまっすぐに正してほしいのです。

TPO(時・場・場所・目的・用途)に合わせた服装、節度節制を守る姿勢、集団に所属する意識と責任は、将来にとっても大切なことです。沼中生としての理想をしっかりとってください。

## 非行防止教室

4月25日(水)、沼田警察署のスクールサポーターである高橋正行先生をお迎えして、非行防止教室を行いました。目的は、利根沼田地区の非行の現状を教えていただきながら、日頃の生活を振り返り、健全な生活ができるよう道徳性や規範意識の向上を図ることです。当日は、いじめ、万引き、タバコ、薬物、携帯電話や携帯ゲーム機、交通事故など、さまざまな問題についての説明がありました。また、事前に配付された資料から、「なぜいじめをしてはいけないか」と質問され、指名された三年生が「信用をなくすから」「悪い人間になってしまふから」「親に迷惑をかけるから」などと答える場面もありました。そして、人の生きる道に外れた行いをしないよう、力強いメッセージを送っていただきました。

なお、講師の高橋先生が最後に紹介してくださった「孤筆難鳴」という故事成語は、みなさんの心に強く響いていることと思ひます。

孤筆難鳴：「こしようなんめい」と読む。片手では拍手することはできない。



何事も一人ではできません。周りの人と助け合い、支え合って生きていきましょう。

次号の発行は、6月1日を予定しています。沼田で大切にしている考え方の一つ、「脚下照顧」について紹介します。

平成24年6月1日

# 少年の夢 をとめらの希望

生徒指導委員会発行

5月1日発行の第3号で、沼中が大切にしている考え方の一つ、「凡事徹底」について紹介しました。今回は「脚下照顧」について考えていきましょう。

## 脚下照顧

先月、練習試合のために訪れた学校の体育館玄関に、「脚下照顧」と書かれた掲示物がありました。

はきものをそろえる  
はきものをそろえると、心もそろえ  
心がそろうとはきものもそろえ  
めぐときにそろえておく  
はくとときに心がみだれない  
だれかがみだしておいたら  
だまってそろえておいてあげよう  
そうすればきつと  
世界中の  
人も心もそろえよう

調べてみると、これは福井県にある永平寺の開祖・道元禅師の教えだそうです。また、全国の多くの禅寺では、「脚下照顧」と書かれた札が下がり、「履き物をそろえて脱いでください」「足下に注意してください」「進退往來に十分気を付けてください」と注意を促しています。しかし、そこには「自分自身の足下、置かれた現状、自分自身の生活をしっかりと見つめなさい」とい



う意味もあるように感じます。人は、他人の足下、つまり他人の長所や短所などは見えていても、自分自身のことを案外見ているようで見ていないものです。

何かことを始めるにあたって、自身を見つめることがあるでしょう。しかし、それが順調に進むと視線は下から上に移り、「もっと成功したい」「もっと幸せになりたい」などと、次から次へと「もっともっと」が増して、欲望が増え続けていくのです。自分の置かれた現状を見つめ、足下を見ているときはよいのですが、初心を忘れ、先ばかりを見ていると足下がおろそかになり、気が付いたときには砂上の城に住んでいたといふことがよくあります。

大切なのは、自分自身をしっかりと見つめるということです。自分を見失わないという点です。「今、自分がなすべきことは何か」「何をしなければならぬのか」ということを自分でしっかりと考えていきましょう。自分の足下をしっかりと見つめてください。「脚下照顧」です。



## 自分の命は 自分で守る



今春、登校中の児童の列に車が突っ込んだり、商店街を車が暴走したり、高速道路で多くの尊い命を失ったりする悲しい報道がありました。そこで、交通安全について考えてみましょう。次に紹介するのは、沼中生も応募した昨年度の「交通安全ファミリー作文コンクール」より、中学生の部で最優秀作（内閣総理大臣賞）を受賞した愛知県名

古屋市立名塚中学校二年生、濱田優花さんの「母と私の合言葉」です。

私「いつてきますー！」  
母「自分の命は？」  
私「自分で守る！」  
母「いつてらっしゃいー！」



『自分の命は自分で守る』——これは、出掛ける前の、母と私の合言葉です。私がこの言葉に出会ったのは、七年前です。私が通った、静岡県浜松市立初生小学校では、児童は必ず、この言葉をクラス全員で宣言して下校します。当時の私は、この言葉に魅了され、登校前にも、母を相手に宣言してみました。すると、母は「深い言葉ね」とても大切な意味のある言葉だわ。優花とお母さんの合言葉にしよう！」と、この言葉をえらく気に入った様子でした。そして帰宅後、母とルールの確認をしました。



①信号は必ず守り、無理な横断はしない。  
②音になったら、右左を確認すること。  
③周りの車の動きをよく見て、自分に気がついていのかを確認してから、横断すること。  
母が告げた三つのルール。①と②は納得できたのですが、③は、母にはうなずいたものの、(自分が進む信号が青だったら、歩行者優先だし、そこまで確認しなくてもいいじゃん。)と、母の言葉を受け流してしまいました。それから三ヶ月経った時のことです。母が交通事故にあってしまったのです。交通量の多い交差点。右折で待機中の母の車に、わき見運転の後続車が突っ込んだ、との事でした。私は

母が死んじゃうのではと、不安で一杯でした。しばらくして、母が治療を終え、迎えにきました。意外と元気そうな姿に、拍子抜けしました。「お母さんね、相手の車が向かってくるのが、バックミラーで見えた時、とっさに『自分の命は自分で守る！』という優花の声が頭に響いてね。他の車を巻き込まないようにハンドルをしっかりと握って、体を守ったの。だから、軽いケガで済んだのよ。合言葉のおかげね。」しみじみと言う母の言葉に、下校時に、青信号で渡るうとしたら、左折車に巻き込まれそうになった自分の体験が蘇りました。交通ルールを守るのは当然ですが、守らない人がいるのも現実です。また、皆が完璧に守っても、死傷や想定外の出来事で、事故が起こる確率は0(ゼロ)になることはないのです。自分の大切な命を守るためには、自分の目で安全を確かめる責任がある、ということが心にとおりと根付きました。

母の事故以来、私は道路を横断する時、左右だけでなく、前後も確認しています。ドライバーが私に気づいていない時は、母との合言葉が私の心に響きます。慎重すぎる、と友人には笑われますが、一呼吸おいて渡るおかげで「ヒヤッ」と体験が減りました。

友人との楽しい学校生活や家族の笑顔は自分の命があつてこそ。頼りになるのは自分自身。私は今日もこれからも、合言葉を交わします。

『自分の命は自分で守る！』

次号の発行は、6月15日予定しています。「服装や頭髪」について紹介します。

平成24年6月15日

# 少年の夢をとめらの希望

生徒指導委員会発行

3年生は19日から二泊三日の修学旅行、1・2年生は20日の東京旅行に向けて、気持ちが高まり、事前学習や準備が進められています。各学年で、服装や頭髪、持ち物などについて、先生方からの説明や、実行委員を中心に、確認が行われています。そこで、今回は服装や頭髪に関する内容を取り上げます。スカート丈、シャツ出し、腰パンなど、気になる身支度について、デイズニールランドで働いているキャストの取り組みをもとに、正しい身だしなみについて考えていきましょう。

## 身だしなみの整え方



東京デイズニールゾートのキャストに採用されると、入社式で「The Dressing Look」というマニュアルをもらおうそうです。デイズニー・ルック(身だしなみ)についての説明が、オールカラーの写真やイラスト入りで詳細に書かれているマニュアルです。男性キャストは5ページ、女性キャストは7ページで、ヘアスタイルやヘアカラー、時計、指輪などのアクセサリから、コスチューム着用時の靴下や靴、私服着用時の服装や靴、装飾品まで、本当に細かく書かれています。たとえアルバイトでも、ゲストを迎えるわけですから、正社員とまったく同じことが要求されるそうです。

TDR研究会編集の『デイズニールゾート15の



秘密』(新潮文庫)には、「私立の名門お嬢さま学校の校則より、はるかに厳しいデイズニー・ルックの身とは」という項目で、細かいきまりの一端が書かれています。

「東京デイズニールゾートにおける基本的な身だしなみというのは、その一部を紹介します。」

「第一印象がよいこと、礼儀正しくきちんとしていること、周囲の雰囲気と調和がとれていること、清潔感があること。」



これらが相まって、東京デイズニールゾートのキャストはどこよりもすばらしい、という感動を、ゲストに与えることができる「そうです。」

「たとえば女性の場合、ロングヘアの人は毛先でネームタグが隠れたりしないよう、束ねるなどの配慮が必要。また、アップにしたときに出るほつれ毛はヘアピンできっちり止めなくてはならない。その際、使えるヘアピンは黒か茶、ベージュ色、金や銀の金属製の飾りのないシンプルなもの。ヘアピンをクロスさせて装飾的に使ってはダメ。」

「爪の長さは指の先端から3mm以内。つけ爪やハデなマニキュアはもってのほか。ストラップを下げることもダメなので当然、ネックレスもNG。ブレスレット、アンクレットも同様にNG。指輪は小さくてシンプルなものに限り1組だけOK。」

「もみあげが長い人や髪を生やしている人、茶パツやロン毛といった男性キャストがいないのは、すべてマニキュアがあるからこそ。ちなみに男性の場合は、爪を指の先端より長く伸ばす」

とはNG。また、コスチュームの一部として靴下が含まれている場合を除いて、男性がはいてもいい靴下は黒の無地のみなのだ。清潔感があるから白ならいいんじゃないの、と思いがちだが、白のソックスをはいちゃダメなのだ。

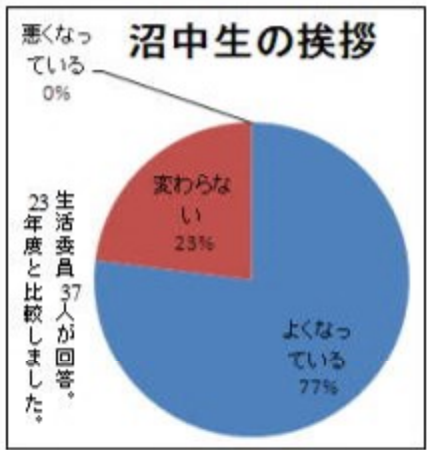
それがデイズニー・ルックの規則なんだから、しょうがないのである。」

「デイズニー・ルックがきちんと守られているかどうか、風紀係の先生が、じやなくて点検係の社員が、随時、パイクを見回っており、違反者がいないかどうか目を光らせているのだ。なんでも、3回マニキュア違反をすると、懲戒免職(学校でいうなら退学だ)になってしまうのだか。」

「きちんとした服装が当たり前前姿」であり、「正しい服装で学校生活を送ることが、沼中生としての『誇り(プライド)』である」と胸を張ってほし

## あいさつアンケート

沼田中学校では、「図」がかるく、爽やかに、「つ」でも、「こ」でも、誰でも、「さ」に、「う」けて「を」合言葉に、『挨拶』に力を入れて、4月10日発行の生徒指導通信第1号でも紹介しました。朝のあいさつ運動をはじめ、来校者への明るい挨拶も定着してきています。そこで、2回目の専門委員会の折に、生活委員に沼中生の挨拶を振り返ってもらいましたので紹介します。



●よいところ ( )内の数字は人数  
来校者への挨拶(26) 先生方への挨拶(24)  
友だちへの挨拶(22) 明るさ(16)  
相手より先に挨拶する(12)

●今後の課題  
声の大きさ(23) 笑顔(22)  
さわやかさ(16) 相手より先に挨拶する(15)  
後輩への挨拶(12) 明るさ(11)

●生活委員の声(メッセージ)  
挨拶することが当たり前になってきて、挨拶をしない人の方が目立ってきた。  
学校の雰囲気がよくなくなった。  
生活委員として朝のあいさつ運動をするようになり、誰にでも自分から挨拶できるようになった。  
挨拶の気持ちよさに気づいてもらえるように、活動を頑張ります。  
朝から大きな声で挨拶をすると、一日がすがすがしくなる。  
挨拶のレベルは上がってきているが、まだまだ表情が硬い。笑顔で、合い言葉通り、実践していきましょう。  
次号の発行は、7月2日を予定しています。「教育部活」について紹介します。

# 少年の夢 をとめらの希望

生徒指導委員会発行

## 教育部活



沼田市教育委員会が推奨している「教育部活」は、沼田市内のすべての中学校で取り組まれています。「心・技・体」の調和のとれた部活動をより一層充実させることを目的とし、特に、「心」道徳性」を重視した道徳的実践の場としての部活動を推進しています。

生徒(部員)一人一人が大切にされ、目標達成のための過程を重視し、過度の練習を避けたり、いじめや体罰を根絶したりすることに留意しています。

また、以下の表の通り、各部が道徳的価値項目と関連付けた活動に取り組んでいます。

多くの部に共通して見られるのが、「礼儀」「節度ある生活」。次に多いのが「信頼・友情」「勤労・奉仕」「強い意志」「感謝」「愛校心」でした。相手に対する挨拶や時と場に応じた適切な言動を心掛けること、規則正しい生活によって心身ともに健康な生活を送ることは、部活動の充実にもつながります。また、沼中生という誇りを胸に、仲間と一緒に、高い目標に向かってやり抜く強い心を育て、感謝の気持ちで人の役に立つ行動を目指しましょう。

## 勝利の喜び

『ドラえもん』第4巻の「のび太の海底鬼岩城」という話に、頑張るのび太を「わかってる... どんなんかっらい

沼田中学校における各部の教育部活重点項目

●は各部のもの

視点	価値項目	野球	ソフト	バスケット男子	バスケット女子	バレー	テニス男子	テニス女子	卓球男子	卓球女子	サッカー	水泳	柔道	剣道	ブラバン	美術	科学
自分自身に 関すること	節度ある生活	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	強い意志	●		●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	自主・自律	●	●	●	●				●	●	●	●	●	●	●	●	●
	真理愛・理想の実現 向上心・個性の伸長								●	●	●	●	●	●	●	●	●
他の人との かかわり	礼儀	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	思いやり	●		●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	信頼・友情	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	男女の理解								●	●	●	●	●	●	●	●	●
	寛容・謙虚	●							●	●	●	●	●	●	●	●	●
感謝			●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
自然の高 らかなや わの	生命尊重		●										●				
	自然愛・畏敬の念											●					
	人間愛・生きる喜び	●															
集団や社会との かかわり	遵法、権利・義務		●	●	●				●	●	●		●			●	
	公德心・社会連帯											●					
	正義、公正・公平	●		●	●				●	●	●		●			●	●
	集団生活の向上	●						●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	勤労・奉仕		●			●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	家族愛	●															
	愛校心	●		●	●	●		●	●	●			●	●	●	●	●
	郷土愛																
	国を愛する心																
	国際理解																

だるうと思う。だが苦しみをのりこえてこそ勝利の喜びがあるんだよ。しずかちゃんをがっかりさせていいのかわ」と、ドラえもんが懸命に励まし続ける場面があります。

富山大名誉教授の横山泰行先生は『下

ラえもんのことば』(幻冬舎)の中で、目標を達成して勝利の喜びを味わうための五つの条件を示しています。



- 一、熱意を持って取り組む。
- 二、積極的な構えを目標実現まで維持し続ける。
- 三、成功するためのノウハウを目標実現に適用する。
- 四、成功の可能性を認識できるようにする。
- 五、他人の支援を積極的に受ける。

## 情報モラル講習会

6月6日(水)の午後、群馬県警察本部生活安全部生活安全企画課サイバー犯罪捜査室の堀口智氏をお招きして、「情報モラル講習会」を行いました。インターネットを媒介とした問題行動や犯罪について事例を教えていただき、情報化社会の現状や問題行動の未然防止策について学びました。特に、インターネットを利用する際の約束として、「人を傷つけない」「知らない人に自分の情報を教えない」「サイトを通じて知らない人に会わない」「パスワードやIDを管理する」「トラブルは大人に相談する」「違法なファイルをダウンロードしない」を確認しました。講習会後は、左記のような標語を作って学びを深めました。

## 「よく学び 知れば安心 情報モラル」

「要注意 見えない姿とココロノスキマ」

次号の発行は、7月17日を予定しています。「夏休みの過ごし方」などについて紹介します。

平成24年7月17日

# 少年の夢 をとめらの希望

生徒指導委員会発行

## 充実した 夏休みに

もうすぐ夏休みに入ります。長い休みでなければできない学びや体験が、大きな成長へとつながります。部活動における活躍、自由研究へのチャレンジ、楽しい遊びや旅行から得る感動など、希望に胸がふくらみます。その一方で、気持ちが開放的になり、問題行動を起こしやすいのも夏休みです。安全で有意義な夏休みを過ごし、一人一人が家族の一員として、地域の一員として、自分自身を成長させることができるよう願っています。そこで、「夏休みの過ごし方」というプリントを配付し、学級や学年、全校で夏休みの生活や約束について確認しています。ご家庭においても繰り返し話し合い、輝ける未来を大切に考え、充実した夏休みになるよう、ご理解、ご協力をお願いします。

「どんな成長を遂げたいか」を親子で話し合い、夏休みの目標を明確にもち、計画的に過ごせるようにする。

健康で安全、しかも非行や誘惑に負けない生活態度を心がける。配付したプリント「保護者の皆様へ 夏休みの過ごし方」をもとに、「しらない」ではなく、「しるす」とプラス思考でとらえ、次のような生活を送ることで充実させましょう。

### 3 強い自分をつくるチャンス

健康で安全、しかも非行や誘惑に負けない生活態度を心がける。配付したプリント「保護者の皆様へ 夏休みの過ごし方」をもとに、「しらない」ではなく、「しるす」とプラス思考でとらえ、次のような生活を送ることで充実させましょう。

#### ×「しらないこと」「気を付けること」

- 万引き・暴力行為・深夜徘徊・遊技場への出入り・暴走族・チーム・薬物乱用・飲酒・喫煙・家出・友人宅等への外泊・誘拐被害・ネットトラブル・休業明けの不登校・感染症・食中毒・交通事故・水難事故・熱中症・落雷事故など

#### ○「しるすこと」「心がけること」

- 規則正しい生活習慣・挨拶・疾病の治療・体育的活動(ラジオ体操)への参加・自主的な学習・部活動への参加・研究活動・読書・芸術鑑賞・家庭内での役割分担(お手伝い)・ボランティア活動など

### 「いじめ」対策

7月に入り、いじめや自殺に関するニュースが報道されました。連日にわたる悲しい報道には、胸が痛くなります。いじめは「一定の人間関係にある者から、心理的・物理的な攻撃を受けたことにより、精神的苦痛を感じているもの」と定義されています。沼中では毎月中旬に、「いじめ調査」を実施し、いじめ行為を受けたり、いじめ行為をしたり、いじめ行為を見たりするなどの情報を集め、個別支援や全体指導に役立てています。また、年2回の「悩みアンケート」、毎月の「教育相談日(専門委員会優先日)」



沼中ノートやスクールカウンセラーをはじめとする日々の相談活動、好ましい人間関係づくりなどを通して、共感的理解に努め、いじめの根絶を目指しています。

### 広い海へ出てみよう

東京海洋大客員助教・さかなクン中1のとき、吹奏楽部で一緒だった友人に、たれも口をきかなくなったときがありました。いばっていた先輩が3年になったとたん、無視されたこともありました。突然のこと、わけはわかりませんでした。

でも、さかなの世界と似ていました。たとえはメジナは海の中で仲良く群れて泳いでいます。せまい水槽に一緒に入れたら、1匹を仲間はずれにして攻撃し始めたのです。けがしてかわいそう、そのさかなを別の水槽に入れました。すると残ったメジナは別の1匹をいじめ始めました。助け出しても、また次のいじめられっ子が出てきます。いじめっ子を水槽から出しても新しいいじめっ子があらわれます。

広い海の中ならこんなことはないのに、小さな世界に閉じこめると、なぜかいじめが始まるのです。同じ場所につき、同じエサを食べ、同じ種類同士です。

中学時代のいじめも、小さな部活動でおきました。ぼくは、いじめの子たちに「なんで？」ときけません。でも仲間はずれにされた子と、よくさかなつりに行きました。学校から離れて、海岸で一緒に糸をたれていただけ、その子はほっとした表情になっていました。話をきいてあげたり、励ましたりできなかったけれど、たれかが隣にいただけで安心できたのかもしれません。

ぼくは変わりものですが、大自然のなか、さかなに夢中になっていたらいやなことも忘れれます。大切な友だちができる時期、小さなカゴの中でたれかをいじめたり、悩んでいたとしても楽しい思い出は残ります。外には楽しいことがたくさんあるのにもっといいです。広い空の下、広い海へ出てみましょう。

## 暑い夏 体調管理を 万全に

### ① 体育着下校

日増しに気温が高くなる一方で、部活動にも熱が入り、青春の汗が流れる季節となりました。

先日配付されたプリントでは、衛生面に配慮したり(汗で濡れたTシャツの上に制服を着るなど)、速やかな登下校を心がけたりする(着替える時間の短縮など)ことから、体育着の下校を認めています。

- 学校指定の体育着またはTシャツ、クォーターパンツ。
- エニフォーム等での下校は禁止。
- 通学服の下校でもよい。
- 通学服で登校する。



### ② 水分補給

熱中症対策の一環として、健康管理や水分補給のため、必要に応じて水筒の持参を認めています。

- 水筒のみ。ペットボトルなど他の形状のものは持参禁止。
- 水筒の自身は、「水」「お茶」「スポーツ飲料」とする。
- 水筒の持参期間は、9月末日までを原則とする。

### ③ 靴下

スニーカーソックスは、夏服着用期間の6～9月に限り、使用を認めています。ただし、儀式(始業式や終業式など)や行事のときは、くるぶしが隠れるものを着用しましょう。



次号の発行は、8月25日を予定しています。「知行合一」について紹介します。

## 夏休み

1 家族の絆を深めるチャンス  
「家族の一員として、どんな役割を果たせるか」を親子で話し合い、充実した家庭生活を送ることができるようになる。

2 自分を伸ばすチャンス  
「夏休みに何を頑張るのか」





# 少年の夢をとめらの希望

5月1日発行の第3号で、沼中が大切にしている考え方の一つ、「凡事徹底」を、6月1日発行の第5号では「脚下照顧」について紹介しました。そこで、今回は三つ目の「知行合一」について考えていきたいと思います。

せ こう こう いっ



「知行合一」とは、中国の明の時代に王陽明が唱えた需学を代表する思想で、「知(知識)と行(行動)は合一(合致)していなければならない」という考えです。

この言葉は、長州(現在の山口県)出身で、思想家、教育者、兵学者、地域研究者として活躍し、明治維新の精神的指導者・理論者として知られる吉田松陰の松下村塾の掛け軸に掲げられていたそうです。

松陰は常々、門下生に対し、次のように語っていたと言われています。

「学者になってはいかぬ、人は実行が第一である。学んで

も行動しなければ社会の役には立たず、学ばず行動すれば社会に害をもたらし



吉田松陰

「知識をつけることは、行動することの始まりであり、行動することは、つけた知識を完成させることである。行なわなければ、知っているとは言えない。知っていても行わないのは、まだ知らないのと同じである。知って行なってこそ本当の知恵、真知である。」

松陰の松下村塾は一方的に師匠が弟子に教えるもので、松陰が弟子と一緒



だっただけでなく、登山や水泳なども行なうという生きた学問だったと言われています。だから、この教育の中から、高杉晋作、伊藤博文、山県有朋など、幕末維新期に活躍し、歴史に名を残す門下生が育ったのだと考えられています。

また、松陰の思想の特徴は、「真心をもって事にあたれば、おのずから志を継ぐ者が現れ道は開けるものだ」という信念に基づいていました。ここにも「知(思想)」と「行(実践)」の一体化した、現代に通じる生き方のヒントが見られます。

勝は、日米修好通商条約の批准書を交換するため、アメリカに使節が派遣される

初めの太平洋横断航海に成功しました。また、帰国してからは各職を歴任し、軍監奉行となつてからは、神戸に海軍操練所を開いて幕臣や坂本竜馬を教育しました。さらに、戊辰戦争で西郷隆盛と会見し、江戸城の無血開城を決めたことは歴史的な大事業として知られています。

新しい日本を築いた二人の偉人たちが語るように、「知(知識)」と「行(行動)」は一体であり、本当の「知」とは意気込みだけでなく、実践が伴わなければならないのだと思います。まもなく始まる2学期では、沼中が大切にしている「知行合一」「凡事徹底」「脚下照顧」という3つの考え方を心の柱とし、充実した生活を送りましょう。

## 感謝の心で

夏休み中、慣れ親しんだ南校舎の解体も進み、見える景色が大きく変化しました。体育館前に部室が完成し、北校舎を改修して全学年全学級の教室が作られました。一方、校庭が狭くなつたり、東校舎や仮設校舎までの通路が不便なつたりします。しかし、お盆も土日も休まずに作業してくたさ、日々学習環境を整いつつあります。感謝の心をもって大切に使いましょう。



## 夢を目指して

一九六九年七月二十日、今から43年前の夏、アポロ11号が運んだ月面着陸船イーグルが静かな月に着陸しました。一九六一年五月にケネディ大統領が「60年代に月に着陸させ、無事に帰還させる」と夢を語ったあの演説からわずか8年のことでした。短期間に「月面着陸」という大プロジェクトを達成し、アメリカの威信は最高潮に達しました。

「夢は見るものではなく、努力するための羅針盤だ」と言う人がいます。中学生という青春時代は、夢を実現するための黄金期間です。

夏休み中、世界中の多くの人を魅了したロンドン五輪が幕を閉じました。どん底をくぐり抜けてつかんだ「金」仲間と支え合った勝利は、市総体や県総体における自らの姿と重なったのではないのでしょうか。体操男子の内村航平選手は個人総合で優勝しました。4年前の銀メダルから表彰台を一段上がり、「夢みたい。やっとここまで来た」と微笑んでいました。サッカー男子で4年ぶりの4強を果たした大津祐樹選手は「まだまだ下手くそ。もっと成長したい」と前を向きましました。

あと数日で夏休みも終わります。そこで、2学期を前にして、入学当時や、今年度のスタートにあたって描いた夢をもう一度思い出してみましよう。そして、ロンドン五輪で日本中を沸かせたチーム・ジャパンのように、高い志をいつも胸に抱き、夢に向かって一所懸命努力してほしいと思います。

次号の発行は、8月29日を予定しています。「2学期の生活」について紹介します。

# 少年の夢をとめらの希望

# 活躍の2学期



夏休みが終わり、82日間の2学期が始まりました。係活動や当番活動(清掃・給食)、学級委員などの学級組織を見直したり、また、運動会(9月15日)や文化発表会の合唱コンクール(11月2日)に向けて目標を立てたクラスもあります。そこで、学校生活の基盤となるクラスの成長に関するヒントを紹介します。

## 学級目標達成に向けて、「頑張るクラス」をつくりましょう

教室には学級目標が掲示されています。学級目標は、学級のメンバーである生徒、担任の願いや思いが表されたものです。機会あるごとに内容や達成状況、取り組みの様子を確認しましょう。また、行事などに向けて、具体的な目標を掲げていることも効果的です。その際、話し合いで意見を交流したり、自分たちでつくったルールを守ったりすることで、団結力が伸びていきます。

## 係活動、当番活動を見直し、活躍の機会を増やしましょう

自分の係や当番の役割を自覚し、いきいきと活動していますか。「役が人を作る」と言いますが、自らの努力や工夫が学級の役に立つという経験は、主体的な活動の原動力になります。

## 床の光は心の光、清掃で心も磨きましょう

短い時間での活動ですが、清掃がしっかりできる人は、学習や学校生活にも意欲的に取り組めるようになります。学校での清掃は、ある程度の素早い動きも必要ですし、丁寧さも欠かせません。どの動きも素早くすべきなのか、どの活動は丁寧にするべきなのか、活動しながら考えましょう。

また、役割分担の活動が終わったら、「気付きの清掃」に取り組みしましょう。窓や戸の棧の清掃、ロッカーの整理整頓、用具の手入れなど、普段の役割分担以外に活動できる仕事は結構あります。

## 環境が人を育てます、教室環境を整えましょう

教室には、机や椅子、黒板や教材教具など、みんなが使用するもの、生活や学習に必要な個人の持ちものなどがあります。みんなが使うものが大切に扱い、公共物や個人の持ちものは整理整頓しましょう。また、採光や換気、安全面や衛生面での配慮も必要です。

さらに、学校だよりや学年学級通信、保健だよりなどを見やすく掲示し、明るくいきいきとした雰囲気をつくり、学習の成果が感じられる教室を目指しましょう。整理整頓で「気いへん心」を育てましょう。

# 輝く笑顔のあふれる学校

～いじめを許さない 家庭でできるチェック～

いじめにより自らその命を絶つという痛ましい事件が相次いで発生しています。とても悲しいことです。今回のような事件を繰り返さないためにも、沼中では様々な対応を考えています。以下のチェックポイントも参考に、もう一度総点検しましょう。

## いじめ発見のチェックポイント(家庭用)

- 衣服の汚れや破れが見られたり、よくけがをしたりしている。
- 風呂に入ったがらなくなる。裸になるのを嫌がる(殴られた傷跡やあざなどを見られるのを避けるため)
- 買いやえたものが紛失したり、壊されたり、落書きされたりしている。
- 家庭から品物やお金を持ち出したり、余分な金品を要求したりする。
- 食欲が無くなったたり、体重が減少したりする。
- 寝付きが悪かったり、夜眠れなかったりする日が続く。
- 激しい口調の寝言や助けを求める寝言を言ったり、うなされたたりすることが多くなる。
- 表情が暗くなり、言葉数が減る。
- いらいらして反抗的になったり、急に口数が少なくなったり元気がなくなったりする。
- 部屋に閉じこもりがちになり、ため息をついたり、考え事をしたりする。
- 言葉遣いが荒くなり、親や兄弟に反抗したり、ペットをいじめたり、物に八つ当たりする。
- 親から視線をそらしたり、家族から話しかけられることを嫌がったりする。
- 刃物など、危険な物を隠し持つようになる。
- 登校時刻になると、頭痛・腹痛・吐き気などの身体の不調を訴え、登校を渋る。
- 学校を早退したり、用事もないのに帰宅時間が早くなったり遅くなったりする。
- 親しい友人が来なくなり、見かけない者がよく訪ねてくる。
- 不審な電話や、嫌がらせの手紙・メールがくる。友人からの電話で急な外出が増える。
- 自己否定的な言動が見られ、死や非現実的なことに関心を持つ。
- 投げやりで集中力が無くなる。ささいなことでも決断できない。
- テレビゲームなどに熱中し、現実から逃避しようとする。
- テレビゲームなどに熱中し、現実から逃避しようとする。
- 急に学習時間が減ったり、宿題や課題をしなくなったりする。
- 急激に成績が下がる。



生活の基盤となる環境が変化することで、人間関係の摩擦やグループ間の対立が生じやすくなります。「いじめは絶対に許されない」ことです。いじめがなく、輝く笑顔のあふれる学校をつくりましょう。

次号の発行は、8月30日を予定しています。「秋の行事」について紹介しています。