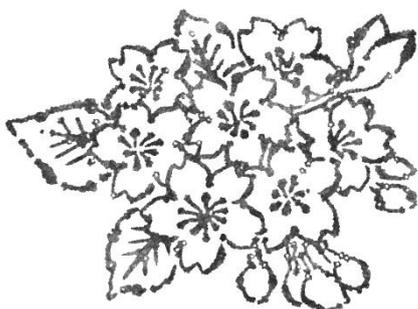


「リフレーミング」

校長 山下 眞由美



◆私が初めて中学校 3 年生の担任をしたとき、3 月がやってくるのはとてもさみしくてさみしくて仕方なかったです。それは、生徒たちの卒業式が終わればお別れだからです。頭では、次のステージに行く方がいいと分かっているのですが、まだまだ一緒にいたい気持ちが強く、一人めそめそしていました。その様子を見た先輩の先生が、「さみしいという思いがあるのは一生懸命生徒と向き合ったからだ。」と言われました。さみしいとばかり思っていたが、その言葉で気持ちの切り替えができ、次の 1 年生に向かうことができました。

◆先輩の言葉のように物事の枠組みを変え、違う視点から見ることで、欠点や不安といったネガティブな物事を長所や期待などポジティブなものとして捉え直すことを「リフレーミング (reframing)」といいます。例えば、次の言葉をリフレーミングしてみると…

「気が弱い」→人を大切にする

「心配性」→神経がこまやか

「おとなしい」→穏やか

と言い換えられます。

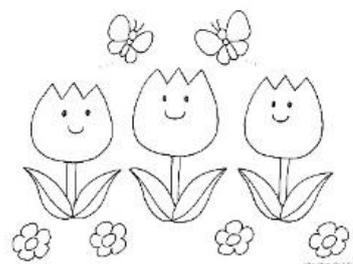
◆では、次の言葉はどのように言い換えられるでしょうか？「面倒くさがり」「負けず嫌い」「作業が遅い」…。なかなか難しいですね。でも、それぞれ次のように捉え直すことができます。「面倒くさがり」は「物事にとらわれない」、「負けず嫌い」は「成し遂げようとする意志が強い」、そして「作業が遅い」は「丁寧、着実に仕上げる」と。このように少し視点を変えて言葉を当てはめると、自分の欠点に落ち込むことなく前向きになれるのではないのでしょうか。

◆百舌鳥の子どもたちも一人ひとり個性はさまざまです。しかし、お家の方や友だちなど周囲の人たちが、その個性を前向きにとらえ温かく励まし続けることで、子どもたちは諦めそうになる自分に打ち勝ち、できることを増やしていきました。同時に、私たち職員も子どもたちの前向きな姿を見て「また頑張ろう」と何度も思われました。今月 10 日には中学部 3 年生が、17 日には小学部 6 年生が卒業します。笑顔で前向きな言葉で「行ってらっしゃい！」と送り出したいと思います。



【今後の予定】

- 3月10日(火) 中学部卒業式【中2・3のみ登校】
- 3月17日(火) 小学部卒業式【小5・6のみ登校】
- 3月23日(月) 給食最終日
- 3月24日(月) 修了式
- 4月7日(火) 小学部・中学部 入学式
- 4月8日(水) 始業式
- 4月13日(月) 給食開始(全校A下校)
- 4月20日(月)～24日(金) 家庭訪問(5日間)



【スクールバスについて】

来年度、スクールバスが1台増えて14台で送迎を行います。

14台目のバスは、「堺市駅コース」という名前で「平成コミュニティーバス」が運行いたします。また、三国ヶ丘コースが「はごろも交通」から「平成コミュニティーバス」に代わって運行を行います。

現在、次年度に向けて時刻表の編成作業を行っていますが、登下校の時刻が現在と前後する場合があります。

ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

今後とも、スムーズなバスの運行にご協力をお願いします。



【小学部ゼッケンの値上げについて】

現在、ゼッケンを1セット170円で販売していますが、在庫がなくなり次第、次回の仕入れ分より220円になります。

ゼッケンに関しましては、ご家庭で白い布を用意していただき、油性マジックでゼッケンを作成していただくと非常に経済的です。

【人権擁護委員会】

人権擁護委員会を12月8日(月)に本校で行いました。話し合った結果について、裏面でお知らせします。個々のご意見についてのお答えはできていませんが、ご了承ください。

【堺市教育委員会表彰について】

中学部3年生の本校生徒が、10月25日(土)に開催された第24回全国障害者スポーツ大会2025「わた SHIGA 輝く障スポ」で100m走と4×100mリレーに出場しました。

優秀な成績を収め堺市教育委員会表彰を受賞することになりました。