



いじめがよくないことは、
誰もが頭でわかっているのに、
なぜいじめがなくなるらないのか

いじめをしまう人

他者を尊重する心が育っていない
“みんなちがって、みんないい”
自分に、他者を受け入れる余裕がない
実は、自分で自分を受け入れていない
自分より弱者を攻撃することで、
弱い自分が持つ不安やストレスを発散

「自己肯定感」が低い

校長講話③

H30.11.20

自分を大切にする
= 仲間を大切にする

後期人権同和教育月間に
寄せて



自己肯定感とは何か

自分は何ができるか、何を持っているか、
人と比べて優れているかどうかなどで自分
を評価するのではなく、
そのままの自分を認める感覚

自己肯定感が低いと、

- ・人と自分を比べて、落ち込みやすい
- ・他人の評価に振り回される
- ・失敗すると自分の価値まで否定しがち
- ・他者に対して批判的傾向
- ・自分の人生は他人に決められている感覚 など



ありのままの自分を大切に思う気持ち

自分にはかけがえない存在だ
今の自分が好きだ

自己肯定感が高いと、

- ・感情が安定している
- ・人の評価に振り回されない
- ・失敗を成長に生かすことができる
- ・自分を尊重するように他者も尊重できる
- ・自分の人生は自分で決めている感覚 など



自分の自己肯定感の高さはどのくらいか

質問の例

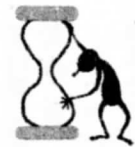
- ・自分にはよいところがある Yes... No
- ・今の自分が好きだ Yes... No
- ・自分には人並みの能力がある Yes... No
- ・自分は誰の役にも立っていないと思う No... Yes
- ・自分はダメな人間だと思うことがある No... Yes



自己肯定感が高い!

自己肯定感を高めるためには
どうすればよいか

- ・小さなことでいいから、成功体験を積み重ねる
「できなかったこと」ではなく、「できたこと」に注目する。
- ・意識して見方を変えてみる
「どうせ無理」→「やればできる」
「もうこれしかない」→「まだこれだけある」
- ・自分を人と比べない
過去の自分より成長しているかどうかを評価の基準にする。



何事にも積極的に挑戦

友人関係が良好 将来の目標が明確

今日伝えたかったこと

- ①いじめと自己肯定感は密接な関係がある。
- ②自己肯定感とは、今の自分をそのまま認め、受け入れる感覚のこと。
- ③自己肯定感を高めて、自分も仲間も大切にできる人になろう。



さあ、今年もあと1か月!

1年生

2年生

3年生

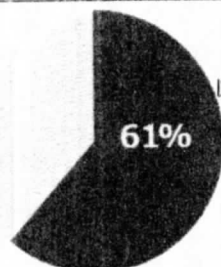
自分たちの力で、学年のまとまりを
一層強め、学校生活を充実

いよいよ生徒会を引き継ぎ、
東部中をリード

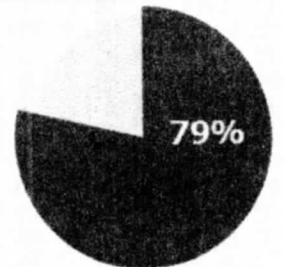
それぞれの進路実現に向けて、
これからの正念場

校内のアンケート結果から

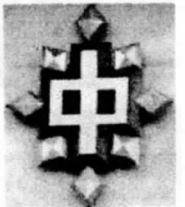
自分には
よいところがある



先生は
自分のよいところを
認めてくれる



東部の子



校長講話がありました。今回は人権がテーマでした。使用されたプレゼンを紹介します。

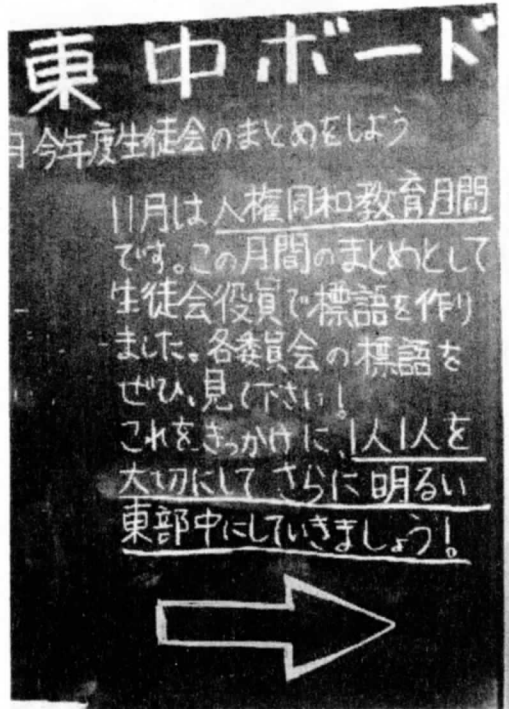
生徒会 人権標語の取り組み

東部中には中央廊下に生徒会黒板があります。その黒板に生徒会役員が先日から左のように人権標語を委員会単位で表示しています。内容を紹介します。

手による啓発活動がなされています。

東中ボード

「11月は人権同和教育月間です。この月間のまとめとして生徒会役員で標語を作りしました。各委員会の標語をぜひ見てください。これをきっかけに一人ひとりを大切にしてさらに明るい東部中にしていきましょう。」



総務 友達よ 心の叫び聞こえるか
耳傾けよう東部中生
ルーム長会 相手へと 手をさしのべる
勇気を持つよう
評議員会 いじめだめ 相手の気持ち
考えよう

生活 その言葉 誰かの心 傷つける
東光編集 人権侵害 ダメ ゼッ
タイ あなたの言動 誰かを傷
つけていませんか

図書

見つけよう つながる心の
あたたかさ
学芸 考えよう あなたに住んでる
差別の心

放送 差別など 起こしちゃいけない
もう二度と
保健 変えていこう みんなが学べ
ば 脱差別

給食

関係ない その一言で 済ま
されない
清美 一人一人 同じ人権 大切に
体育 偏見で 差別しちゃダメ 絶
対に 緑化 差別されてる側の気持ちを考
え行動しよう

東光祭 ちよつと待って その一言
相手に言っても大丈夫？
ポランティア 平等を 訴えて
いこう いつまで

表彰

北信新人戦結果

卓球個人戦 優勝
1年 田中翔大
柔道 55kg級 3位
1年 徳武 虹汰

優秀賞

3年 上島 泉澄

奨励賞

3年 上島 泉澄

長野上水内児童生徒美術展

地区入選 3年 竹之内香那
「3年間の自分」
地区入選 1年 綿田 梨花
「友達の色」
地区入選 2年 吉沢 春香
「未来へのとびら」

東中ポランティア 「雪かきたい」募集!

昨年まで、雪が降ると敷地内や歩道を顧問や部活動の生徒が分担して雪かきをしてきました。しかし、朝部活がなくなり、職員だけで敷地内の雪かきを全部行うことが困難な状況になりました。そこで、生徒の皆さんに緊急に職員と一緒に雪をかいてくれるポランティアを募集します。具体的には教務主任から今後出される書類に記してありますが、登録制で、雪が降ったら7時30分くらいの登校をお願いすることになります。また、地域に出かけて雪かきが困難なご家庭の雪かきも考えたいと思っています。ご家庭でも話題にしていたらご参加の方向をお探りいただければ幸いです。