



# 朱雀の翼

## 自分と対話すること

11月のテーマは、「対話」です。

4カ月後には、進級や卒業の時期になります。ここまでは、全学年が一緒に進んできましたが、各学年別にそれぞれの目標に向かっていきます。数か月後の生活を意識して、見通しをもった生き方ができたらいいと思います。

対話といえば、友達や先生、家族との会話を思い浮かべるかもしれませんが、しかし、今月はもう1つの大切な対話——「自分との対話」について考えてみてください。他者との対話もちろん大事ですが、自分を知るための内（うち）なる対話が、成長の第一歩になります。

この時期は、自分とじっくりと対話するにはいいときです。自分の気持ちを言語化することが難しい年ごろかもしれませんが、意識してみてください。まず、自分の気持ちを知る、そして言葉にしてみる。さらに、他者との対話の中で、自分の気持ちを言葉にして伝えられたらいいですね。

「対話力」こそ、今社会で最も求められる資質と言われています。三者面談に向けて準備のためにも自分と対話をしてみましょう。

### 1. 自分の気持ちを知る

学校生活では、勉強や部活動、人間関係で悩むことがありますよね。そんなとき、まずは自分に問いかけてみましょう。「今、どんな気持ち？」「なぜイライラするの？」ノートに書いてみるのもおすすめです。気持ちを言葉にすると、頭の中がスッキリして、問題の解決策が見えてきます。自分との対話は、心の整理整頓なのです。

昇降口に掲示された生徒会や各委員会のスローガン



### 2. 自分の強みと弱みを見つける

「自分ってどんな人？」と考える機会は少ないかもしれません。しかし、自分との対話を通じて強みや弱みを知ると、先の見通しが立てやすくなります。例えば、「算数が苦手だけど、絵を描くのは好き」と気づけば、苦手を克服する計画を立ててみたり、得意を活かしたりできます。自分を知ること、他者との対話がよりスムーズなものになったり、相手の良いところを認められるようになったりします。

### 3. 未来の自分と向き合う

「どんな大人になりたい？」「将来、どんなふうに生活したい？」と自分に問いかけることは大切な対話です。中学生の今、将来や夢がぼんやりしていても大丈夫です。しかし、まったく考えないでいる人は、中学校生活で義務教育が終了してしましますから、自分との対話を意識していきましょう。自分との対話は、未来への地図を描く作業です。忙しい日々の中で、少し立ち止まって、自分に聞いてみてください。

他者との対話は、相手を知り、絆を深めますが、自分との対話がなければ、何を伝えたいのか、自分が何を求めているのかがわかりません。繰り返しになりますが、ふとした時に、頭の中で問いかけてみるだけでもOKです。「自分を知る」対話が、みなさんの日々の生活をより豊かにしていくことでしよう。



# ボランティア活動を推進しています

人のために動く人が多くなる社会づくり

## 花ボランティア

令和4年度にスタートした花壇プロジェクト。きっかけは、柳沢中創立50周年記念式典に向けて、西門を正門とすることも併せて、保谷二小の花いっぱい運動の取組や園芸屋「ふみ屋」さん、東京老人ホームその他地域の方々のご協力をいただきながら活動してきました。町が花であふれていることは、心が癒されたり、防犯にもつながるのだそうです。

10月下旬には、卒業式の会場の花道に並べるペチュニアの花の種まきをしました。11月は、水やり、草取りやチューリップなどの種まきをしました。

花々の美しさ、かわいらしさに人々の心が少しでも和んだらいいですね。



## 地域清掃

昨年度は、学校閉鎖のため中止となり残念でしたが、今年度は実施時期を10月に移動し実施することができました。個人参加だけでなく、委員会や部活動で参加した生徒など様々50名を超える生徒や保護者が6グループに分かれ学校周辺や柳沢駅周辺を清掃しました。中身が入ったままのペットボトルに驚いていました。ボランティアマインドがしっかり醸成されています。



## あいさつ運動

年2回実施から隔月実施で「あいさつ運動」に取り組んで2年目となりました。あいさつ運動の取組は、生徒会、生活委員だけでなく自主的に応募して参加している生徒が増えてきています。参加することから始める人や積極的に大きな声であいさつをしている人などそれぞれです。「あいさつをすること」でどのようなよい影響が出現したり、いいことが起きたりするのでしょうか。

おはよう  
「あいさつ」は  
人とながる  
魔法のことば

## 第二避難場所へ

### 安全教育担当

昨年度まで、本校は東京都安全教育推進校としての取組を続けてきました。その経験を活かし、今年度も9月20日には「柳沢あんぜんの日」として、西東京消防署や西東京レスキューバード、危機管理課の方々をお招きして地区班ごとに分かれて防災訓練を実施し、「VR・ARを使った地震・火災の避難、消火訓練」、「AEDでの救命救急」、「避難所運営訓練による段ボールベッド、仮設トイレの組み立て」アルファ化米の試食等のさまざまな体験を行いました。また、11月12日の避難訓練では第二避難場所である東京三菱MUFGパークへの移動を行いました。生徒たちは皆、慣れない学校外への移動の訓練でありながらも、誰一人として私語を発することもなく、真剣な面持ちで静かに落ち着いて行動し、スムーズに避難訓練を行うことができました。



今後も、万が一の日に備えた安全教育の推進や安全・安心・安定の学校生活の実現に向けて、訓練や準備をしっかりと行ってまいります。

## 生徒総会

### 副校長

9月22日の生徒会選挙後に、学級で委員を決め、最初の各種委員会では三役を決め、活動内容の見直しを行いました。その後、各クラスで議案書討議が行われ質問や要望を精査し生徒総会に至りました。生徒会という「遠い存在」「やりたい人がやっている」と捉えている人もいるかもしれませんが、生徒手帳には生徒会会則が載っています。『生徒会（本会）は、本校の生徒全員を会員とする』と記されています。柳沢中学校の生徒一人一人が組織の一員としての自覚をもち、自分たちの手で居心地の良い、みんなが過ごしやすい学校にしていきたいと思います。

旧生徒会や先輩たちが代々築いてきた良い伝統を引き継ぎ、自治力をつけ、より良い学校をつくり上げていきたいと思います。

当日は、静粛と議長団のスムーズな進行で立派な生徒総会でした。

また、学級委員によるクラス目標の説明も数値化していてわかりやすかったです。

残り4ヶ月、『絵に描いた餅』にならぬよう、掲げた目標を達成していきたいと思います。

