

1学年だより



西東京市立柳沢中学校

令和7年7月17日

No. 12

Just Say “No!”

『Just Say “No!”』。これは『ただ、ノーと言うだけ。ただ一言、ノーとはっきり言おう!』という意味です。実はこれはアメリカ合衆国の過去の麻薬撲滅運動のスローガンです。しかし、これは単に「麻薬」だけでなく、「麻薬的なもの」に対しても、自分自身が強い姿勢を持ち続けるために、自分を励ます言葉といえるのではないのでしょうか。

では、「麻薬的なもの」とは一体どんなものでしょう。

君たちにも「ちゃんとやろう!まじめにやろう!今度こそ失敗しないぞ!もう絶対にやめよう!」と強く思い、十分に分かっているながらも、「何か」の誘惑に負けて決意がくじけてしまったなんて経験がきっとあることでしょう。そんなふうにあなたを誘惑してくる「何か」が「麻薬的なもの」なのです。

例えば、「勉強しなければいけないことはよくわかっているけれど…、ちょっとだけならYouTubeを見てもいいかな」、「明日までの宿題だから今やらなくちゃ…、でも少しゲームやって気分転換してからにしよう」、「今起きないと遅刻しちゃうかな…、でももう少しだけ」スマホやゲーム、テレビなど、君たちの周りには、君たちを誘惑し、決意をくじく「麻薬的なもの」が満ちあふれていますね。

また、こんな「麻薬的なもの」もあります。「あんないたずらをしたらいけないのに…、でもちょっとおもしろそうだな」、「また誰かの悪口言ってるよ…、でも私には関係ないからいいか」、「あれっ、登校中にガム食べてるぞ…、でも私も欲しいな」

このように自分が「ちゃんとしよう、まじめに頑張ろう!」と思っても、「そんなにまじめになるなよ、見つからなければ大丈夫だよ、ちょっとくらいなら大丈夫だよ」と君の心を誘惑してくる声、自分の心の中にあるなまけ心やさぼりたい気持ち、ずるい考えなどにも「麻薬的」なおいがしますね。

さらに夏休みになると「麻薬的なもの」は君たちの周りにもっと増えます。たとえば夜遊びや夜ふかし、万引きなどの非行や犯罪にも「麻薬的」なおいがします。

そんな様々な誘惑に負けて「今回だけなら」、「ちょっとだけなら」とたかをくくっていると、それがいつか二回、三回と重なり、「麻薬的」ないけないことが習慣(当たり前)になってしまうことがあります。また、自分の意志や力だけではやめられなくなってしまうこともあります。だからこそそれらの誘惑は「麻薬的」なのです。

多くの人が「しなければいけないこと」、「してはいけないこと」、「やめなければいけないこと」、「口にしてはいけない言葉」など頭ではわかっているはずですが、もし、こういういけないことに対して「なんでダメなんだよ、自分の勝手だろう!」なんて聞き直る人がいたとしたら、これこそまさに「麻薬的」なものにおかされてしまった中毒と言えるかもしれません。

裏面へ→

そこで、大切なのが『J u s t Say “No!” 』。初めから勇気を出して、いけないこと、いけないものの誘惑に負けそうな自分に対してははっきりと自分で『No!』＝「いけない、だめだ！やめよう！」とはっきり言える自分になろう。それこそが『J u s t Say “No!” 』。なのです。それがどれだけ自分の心と体を成長させてくれるかは計り知れないものがあります。

頑張った心と体をリラックスさせるためにも大切な夏休みですが、自分に対する「甘えや誘惑」を断ち切って、自分を磨く夏休みにもしてください。皆さんにとって価値ある夏休みになりますように。

では、二学期の始業式でまた一回り成長したみなさんの姿を楽しみにしています。

□ スタートアップ期間の予定

月/ 日 (曜)	行事予定	備考
8/25 (月)		
8/26 (火)		
8/27 (水)	スタートアップ期間始	
8/28 (木)	教育相談	
8/29 (金)	夏季休業終 教育相談	

□ 2学期の予定

月/ 日 (曜)	行事予定	備考
9/ 1 (月)	始業式 集団下校	
9/ 2 (火)	スタートアップ期間終 色覚検査	給食始
9/ 3 (水)	各種委員会	
9/ 4 (木)	歯科健康教育 小学生授業見学	
9/ 5 (金)	小学生授業見学	