

# しち てん はっ き 七 転 八 起

校訓：自主・協同・創造

学校通信 NO. 3  
令和5年 5月29日

## 「幸せの感度」を高めよう

令和5年度のGWは、感染防止対策による規制が緩和され、充実したGWになったのではないのでしょうか。制限のない時間を満喫できたことに感謝です。

また、2泊3日の修学旅行も予定変更もなく楽しむことができました。見通しを持って予定通りに行動できる安心感が、修学旅行の楽しさを倍増させました。

コロナウイルス感染症は、5月8日に5類に引き下げられました。3年間の長きに渡り、私たちの生活に影響を与えてきました。これまでのコロナ禍による多くの規制は、私たちの「気持ちの持ち方」を大きく変化させ、自由にできることへの喜びや、予定していることが予定通りできることへの安心感など、気づかなかったことに気づく機会となりました。

「コロナだから仕方ない」ではなくて「コロナだから仕方がある」と考え、新しいことに意欲的に挑戦できたことも、主体性や創造性を育ててくれる良い機会ともなりました。自然災害など、自分ではどうしようもないことが、これからもあると思います。しかし、それは、自分を変える大きな機会にもなります。これから大人になっていく子どもたちは、生活を安心と喜びに満ちたものにするために、絶えずポジティブに考え、自分の心を成長させていく必要があります。

私たちの心の中には、さまざまな欲求があって、「あれが欲しい、これが欲しい」「ああなりたい、こうなりたい」「ああしてほしい、こうしてほしい」というように、いつも何かを求めているものです。しかし、求める心が強くなり過ぎると、今すでに存在しているものや、自分がすでに持っているものの価値が見えにくくなり「幸せの感度」が低くなっていきます。すでにスマホを持っていて不便を感じていないのに、最新のモデルが発売されるたびに欲しくなったり、自分自身の長所や美点、あるいは「恵まれている点」には目も向けず、他の人への不満や不足の気持ちだけがいっぱいになったり、生活が安心と喜びに満ちたものにはなりません。

上記で述べたように、日々の生活の中で、絶えずその瞬間をポジティブに捉え、多くの感謝や喜びを見だし、そこから発生する明るくて暖かい雰囲気周囲に波及させていくことを心がけていくことが大切です。東中の子どもたちなら実現できます。期待しています。



校長 高森 伸彦

## 縄修学旅行

5月11日（木）～13日（土）2泊3日の沖縄修学旅行が行われました。天候にも恵まれ、平和学習・民泊・マリンスポーツ・文化体験と沖縄を満喫し、思い出に残る修学旅行となりました。また、訪れた先々で、爽やかな生徒さんですね！とお褒めの言葉をいただきました。この経験を残りの学校生活に活かしてほしいと思います。



## 1年校外活動

5月12日（金）三木ホースランドパークへ行ってきました。班ごとにカレー作りに挑戦しました。出来栄は各班様々でしたが、作業を分担し、みんなで協力して仕上げたカレーは、普段とは違う格別な味わいとなりました。