



# 自主汗学

じ しゅ かん がく

令和6年度 青山中学校  
学校だより No.10  
令和7年2月3日

新年が明けてから1ヶ月が過ぎました。年の初めには、最初が肝心であるということをお話しました。よいスタートができたでしょうか。3年生にとっては、私立高校や専修学校の試験が終わり、公立高校の入試が始まります。悔いのないように過ごしましょう。

## 「しなやかに生きる」

先日、雑誌を読んでいたところ、プロフィギュアスケーターの鈴木明子さんのお話が掲載されていましたので、一部を紹介します。

- ・悩んだり、落ち込んだりしたとき、自分の弱さと真正面から向き合うのはとても苦しいことです。それで、さらに落ち込んだりつらく感じたりして、前に進めなくなってしまう。でも、隣に座って「まあ、そういうときもあるよ」と弱い自分も認めてあげたら、少しずつ前に進むことができます。
- ・弱さを含めて自分を認められるようになったら、人からの評価ではなく「自分は どうしたいか」を行動の軸とすることができます。すると、気持ちが楽になり、取り組めるようになります。
- ・自分の軸にしても「ねばならない」という思いが強すぎると、ある日、ポキンと折れてしまいます。そうではなく、人の意見に耳を傾けるゆとりが大切です。柳の枝のようにゆらゆらゆれながらも軸がしっかりしている。こんなふうにいられれば、どんな困難に遭遇しても、自分を見失うことなく、一歩ずつ前にすすむことができる。

人が生きていく上で、壁にぶつかることや悩むことは誰にでも起こりうることです。周りにたよることも大切ですが、自分で自分をコントロールしなければならないときもあります。そんなときにこの言葉を思い出してほしいと思います。

## 3月の予定

3日(月)	3年生を送る会⑤
4日(火)	お祝い給食(3年)
5日(水)	卒業式全体練習(全学年)①②
6日(木)	卒業式前日リハーサル(全学年)①② 卒業式準備⑤⑥(1・2年)、3限後下校(3年)
7日(金)	卒業式
10日(月)	Bダイヤ、あいさつ運動
11日(火)	公立一般合格者発表
12日(水)	進路学習会⑥(2年)、通信制出願
13日(木)	Bダイヤ、青山タイム⑥(前期生徒会役員選挙)
14日(金)~21日(金)	短縮授業
17日(月)	定時制入学検査
18日(火)	定時制合格者発表
20日(木)	祝春分の日
21日(金)	給食最終、大掃除②
24日(月)	修了式、通信制入学検査
25日(火)	通信制合格者発表、学年末休業(~31日)

