

12月 は 2学期最後の月!!

今月で2学期が終わります。1年間で1番長い期間の2学期でしたが、みなさんはどんな事が印象に残っているのでしょうか？行事？日々の学習？部活動？などなど…たくさん頑張れた事はあるかと思います。まずは、**頑張れたことに対して、自分自身を褒めてあげましょう！**



2024年の準備!!

2023年の自分自身をしっかりと褒めてあげる事ができたら、次は**2024年の自分の姿**を想像してみましょう！「**どんな自分でありたい**」か**理想の自分を想像**して、そのために**必要な行動を書き出し、実行(行動)する準備**をしましょう！来年のこの時期に、しっかり自分自身褒めることができるように準備しましょう。

違いを受け入れる

美津島中学校には400人以上の人が日々学校生活を送っています。**一人ひとり、考え方や大切にしているものは違います。**お家の人でも、それは違うと思います。**違って当たり前なんです。**けれど、自分と違う考え方や自分とは違う行動をしている人を見ると、敵対心を持ったり、否定したりしてしまう人が多いと思います。そして、それがストレスの原因になったり、人間関係が辛くなったりする人もいます。しかし、「**自分とすべて同じ人はいないんだ**」ということを、しっかり理解して、受け入れる事ができていれば、そうならないでしょう。一人ひとり、**違う意見を受け入れ、どうすればお互い過ごしやすいか考えて、行動したり、会話したりする事で、自分自身も楽しく過ごす事ができるのではないのでしょうか。**そして、それが普段からできる人が、器の大きい人だと思います。



こまり事…悩み事…

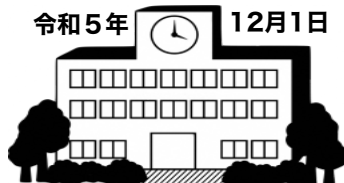


家でも学校でも言いづらい

いじめアンケートでも解決しない…
悩み事が解決しない…不安な事がある…
こんな状況の時は、
スクールライフノートの相談機能の利用してください。分からないことがあれば、先生に聞いてみてください。



令和5年 12月1日



MITSUSHIMA
生活だより

生活指導担当：上田

テーマ 【思いやり】

あなたの **どっち??**

思いやりの器の大きさは?



日頃、学校や自分のお家、友だちと遊んでいる時など、**怒りっぽい人？また周りを困らせている人いませんか？**もしかしたら、あなたの器が小さくなっているのが原因かもしれません。そんな人は



自分自身の行動や言動を見直してみてください。あなた自身が、**考え方や行動や言動を変えるだけで、あなた自身が「生きやすい環境」になる**かもしれません。

器の小さい人



自分勝手な人ほど、思いやりの器が小さいです。いつも自分のやりたい事、話したい事を優先していると、知らないうちに器がいっぱいになってしまい、他の人の意見など入る余地がなくなってしまう。次第に、**周りから友だちがいなくなり、寂しい思いをする事になります。**

他人の道を歩かない

一緒に歩く



人それぞれ、違う人生を歩んでいます。それぞれに未来があり、進む道は違います。だからこそ、自分の意見を押し付けて友だちの道を勝手に変える事はダメです。相手の立場に立って、相手の考え方により添いアドバイスしましょう！それが、「**一緒に歩く**」という事かもしれません。そんな人間関係素敵ですね！

子どもたちが全国どこからでも、夜間・休日を含めて、いつでもいじめやその他のSOSをより簡単に相談できる窓口です。
原則、電話をかけた所在地の教育委員会の相談機関に接続。

24時間子供SOSダイヤル
0120-0-78310
(なやみ言おう)