

	中野区立緑野中学校 学校便り
	探求・創造・共生
平成 28 年 5 月 1 3 日 (金) 発行 第 2 号	

『我慢できる心』

校長 田代 雅規

1960年代の後半、スタンフォード大学の心理学者ウォルター・ミシェル博士は、4歳の子供たちにお菓子をすぐに1個もらうか、15分待ってから2個もらうかを選ばせました。実験の説明をすませると、担当者は子供の前にお菓子を1個とベルを置いて部屋を出ていき、子供を一人にします。もし我慢できずに待ってられなければ、ベルを鳴らしてすぐにお菓子を1個食べても良いという約束です。4歳児のほとんどは、お菓子をじっと見つめながら我慢していましたが、すぐに降参してベルを鳴らしお菓子を食べました。一方同じ4歳児でも最後まで我慢できる子供もいたそうです。



その子たちは、壁を見たり目をつぶったり、お菓子を見ないようにして我慢していました。

研究者たちは、この実験で欲求の充足を遅らせる方法について、多くのことを学びましたが、それに加えて、この実験は子供の将来を予見する方法としても非常に優れていることがわかったそうです。お菓子を最後まで我慢できる子供は、10年後の学力検査の成績も良く、ストレスにも上手に対応でき、将来の学業成績も優秀で社会的な成功を収めたそうです。お菓子を2個もらうために15分待てるかどうかということは、重要なことを示していたわけです。つまり、この実験を通して、不愉快なことをいつか我慢できるかどうかで、長期的な目標を達成することができるかどうかかわかるということです。待つことができた子供は、すぐに手に入る目の前の報酬からうまく気をそらす方法を自分で見つけ出し、大きな成果を得る事ができました。この個人差によって、子供のときであれ、大人になってからであれ、我慢できることが人生を大きく左右することにつながるということです。先のことや将来のことを考えられない人は、自己コントロールに関して様々な問題を抱えやすく、やるべきことを先延ばしにしたり、時間やお金にルーズだったりするそうです。

現在の社会には、テレビやゲーム、インターネット、携帯電話等、さまざまな誘惑があります。将来成功を収めるためには、誘惑に負けない我慢できる心を身に付けることが必要です。そして、我慢する一番の方法は、自分自身に問いただすことだそうです。「**いつかの喜びのために、大事な目標をあきらめてよいのか。**」と・・・緑野中生には、将来の目標をしっかりと持って、誘惑に負けない『我慢できる心』をもって欲しいと思っています。

4

5

月

行

事

の

山中湖移動教室 4月21日・22日

移動教室では、副校長がマメールによる実況報告を行いました。

◆10時22分

環状7号線から中央高速、渋滞も無くバスは運行、談合坂サービスエリアでトイレ休憩しました。バスの中ではガイドさんの説明に元気な反応、相模湖畔のモニュメント「緑のラブレター」に歓声を上げ、みんな楽しそうです。これからバスレク、歌が始まります。

◆11時55分

宿舎「スペランザ丸石」に到着しました。食堂に集合し、宿舎の方に挨拶をしてお弁当の時間です。曇ってはいますが、富士桜が咲いて富士山も間近に見られます。これから天気くずれ、雨になるとの予報なので、時間を早めて登山準備をすることにしました。肌寒い山中湖ですがみんな元気に登山します。

◆14時05分

高指山1172mの山頂です。12時30分、バスで登山口まで行き、早めに登山を始めました。

13時00分頃から雨が降ってきたため雨具をはおって登山しています。登りはじめは「中野区歌」を歌いながら元気に登山していた男子も途中からは黙々と頂上を目指しました。

富士山は隠れましたが、山中湖を眼下に記念写真、雨が強くなならないうちに早めに下山します。

◆15時23分

78名全員が登山無事終了しました。小雨でしたが強くならず、短縮登山コースを選択したのは正解でした。現地の登山スタッフが各クラスにつき適時ガイドしてくれました。「鹿の角を見つけたら高く売れるよ」「自然林は明るいけど、人工林は暗いね」等、いろんな説明がありました。

生徒は興味深く聞き、獣道で本当に鹿の毛や骨を探していました。15時00分に宿舎に到着しました。今は、スタッフと振り返り学習、コミュニケーションゲームをして楽しんでいます。

◆17時17分

各クラス各班部屋に入り、室長が点検報告、テキパキ動いています。17時15分から入浴、その後夕食になります。各係がロビーで先生からの説明を受けています。夜レクには大縄跳びもありますが、10時00分の消灯には、疲れているので就寝することでしょう。外は本降りの雨。明日朝は晴れると良いです。今日の配信はこれで終わります。

◆6時間22分

おはようございます。良い天気です。雲一つ無い青空に神々しい雄大な富士山が見えます。

6時30分、起床で生徒はこれから広場集合、ラジオ体操と記念写真を撮って朝食です。先生方は深夜1時過ぎまで見回りしましたがみんなちゃんと寝ていました。起床と共に富士の景色に歓声が聞こえます。

◆9時52分

宿舎を出発し、今日午前中は河口湖に移動して体験学習「サンドブラスト工房」に来ました。ガラスのコップに砂で模様を描き焼き付ける工芸体験です。みんなあらかじめ用意した図案を描き始めました。完成作品は土曜授業で展示します。

◆13時00分

清水国明さん所有の「森と泉の楽園」に到着しました。サバイバル生活ベースのバーベキューをします。肉や野菜は用意してありますが、各班マッチ3本だけ渡されて、枯れ木に火起こしから始めます。みんなおなが空いているのか動きが早いです。手際よくタマネギをきざむ女子、杉の枯れ木で火起こしする男子も楽しそうです。やけどに注意、おいしくできるでしょうか。

◆14時51分

バーベキュー美味しくいただき、きれいに後始末できました。14時35分バスに乗り、東京に帰ります。A組バスでは「千と千尋の神隠し」を見ながら帰ります。





離任式 5月6日(金)



今年度、緑野中学校を異動された先生方との最後のお別れの会、離任式が体育館で行われました。2・3年生は、授業だけでなく、委員会活動や部活動等、いろいろな場面で指導をいただいた先生との最後の会となりました。

離任式では異動された先生から、緑野中学校の良い点や新しい学校との違い等の話がありました。終了後には、卒業生も学校に来て、図書室で最後まで別れを惜しんで、いろいろな話をしていました。

異動された先生方には、緑野中学校での良い思い出を胸に新しい学校で、力を発揮して欲しいと思います。緑野中の生徒には、先生方から教えていただいたことをこれからの学校生活に活かして欲しいと思います。



応援団・結団式 5月12日(木)



5月28日(土)に行われる体育祭に向けて、緑野中は昨年より全学年が3学級になりましたので、A組からC組までの3つのグループを色別に分けた応援団を結成します。今年は、応援団の活動を昨年以上に充実させるために結団式を行いました。

3年生の団長が中心になり、団ごとに応援を考えます。

プログラムの中に団の種目を増やしたり、応援の時間を設定したり、団のまとまりを強くするような取り組みを予定しています。

自分のクラスだけでなく、1年から3年生までが一緒に取り組むことで、体育祭を通して協力することの大切さを学んで欲しいと思っています。



熊本頑張れ!

熊本地震へ義援活動 4月22日から28日



4月21日に熊本県を中心とした九州地方に大きな地震がありました。緑野中学校では、生徒会が中心となり、この地震で被害にあわれた方々への義援活動を行いました。阿蘇市役所の方と電話で相談して、タオルが不足しているという話を聞き、未使用のタオルを集めて、送る取り組みを行いました。当初は、500枚集めて送ろうと目標を立てましたが、平和の森小学校、緑野小学校、北原小学校に相談し、協力していただいたことで、目標を大きく上回る1606枚の未使用のタオルが集まりました。佐川急便さんの御好意で、送料も安くしていただき、4月28日に阿蘇市役所へ送ることが出来ました。4月30日には、阿蘇市役所の課長さんからご連絡があり、とても助かりましたと感謝の言葉をいただきました。復興までは、まだまだ大変なことがたくさんあると思いますが、熊本県の皆さんに頑張ってもらいたいと思います。

御協力いただきました緑野中学校の保護者の皆様、平和の森小学校、緑野小学校、北原小学校の保護者の皆様、そして佐川急便の皆様、本当にありがとうございました。



部活動・大会結果

【サッカー部】 4月16日(土)他

◆中野区春季大会

◆会場：緑野中学校

◇結果：グループリーグ3位

- 1回戦 ● 0-7 ○ 都立富士中
 2回戦 ○ 5-0 ● 中野二中
 3回戦 ● 3-4 ○ 中野十中



【女子バレー部】 4月17日(日)

◆中野区春季大会

◆会場：中野七中

◇結果：予選リーグ敗退

- 1回戦 ● 0-2 ○ 中野五中
 2回戦 ● 0-2 ○ 南中野中

【硬式テニス部】 4月17日(日)他

◆第3ブロック大会

◆会場：東田中学校

◇結果

<シングルス>

- ・大沼 竣希君(3年) **都大会出場**
 ・中内 武蔵君(3年) 3回戦進出
 ・鹿野 壮一郎君(3年) 2回戦進出

<ダブルス>

- ・越永さん・岡本さんペア(3年) 本戦進出
 ・大沼君・鹿野君ペア(3年) 3回戦進出
 ・遠藤さん・福田さんペア(2年) 2回戦進出
 ・佐藤さん・黒川さんペア(2年) 2回戦進出



【男子バスケット部】 4月17日(日)他

◆第3ブロック大会

◆会場：緑野中学校、石神井西中学校

◇結果

- 1回戦 ○ 89-55 ● 宮前中(杉並)
 2回戦 ● 53-79 ○ 練馬中(練馬)

【女子バスケット部】 4月10日(日)他

◆第3ブロック大会

◆会場：南が丘中学校、緑野中学校

◇結果

- 1回戦 ○ 58-29 ● 暁好中(杉並)
 2回戦 ● 16-126 ○ 石神井中(練馬)

【野球部】 4月10日(日)他

◆中野区春季大会

◆会場：緑野中学校

1回戦 ● 2-4 ○ 中野中

【バドミントン部】 5月1日(日)他

◆中野区春季大会

◆会場：緑野中学校

◇結果

<男子団体>

石川君・大野君・西岡君・五十嵐君(3年)
 外角君(2年)



男子団体優勝



<男子シングルス>

石川 紡君(3年) **準優勝・ブロック大会出場**
 下田 天君(3年) ベスト8

<男子ダブルス>

大野君・西岡君ペア(3年) 第3位
 五十嵐君・外角君ペア(3年・2年) ベスト8

<女子ダブルス>

中松さん・伊藤さんペア(3年) ベスト8

【陸上部】 4月24日(日)他

◆江東区春季陸上競技大会

◆会場：夢の島陸上競技場

◇結果：女子共通リレー400M

東京都大会参加標準記録突破

下村さん・忠内さん・草場さん・歌川さん
 記録 53秒65