



稲穂のさとし

あたりまえのことがあたりまえにできる学校

吉見町立吉見中学校
学校だより 第4号
令和7年6月25日

文責 校長 橋本 慎也

考え方一つで悩みは消せる！？

何か失敗をしてしまったり、思いどおりにいかなくて落ち込んだりすることがあります。そんなとき、「どうしてこうなったんだろう」「あのとき〇〇しておけばよかった」と考えてしまいがちです。でも、いつまでもくよくよしているよりも、気持ちを切り替えることが大切です。とはいえ、そんなに簡単に気持ちを切り替えられる訳ではありません。

前任校の図書室で、私は一冊の本が目にとまり、読んでみることにしました。「多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。」という本です。タイトルのとおり、「自分を傷つけた人や嫌なことをしてきた人のことを思い続けるのはもったいない。相手は気にもせず楽しく過ごしているかもしれないのだから、自分も前を向こう」という考え方を表しており、本の中には、嫌な気持ちを引きずらないためのコツが書かれています。

そこで共通しているのが、「考え方一つで悩みは消せる」「相手は変えられない。でも、自分の考え方は変えられる」ということです。例えば、他の人と比べて自分が劣っていると感じることがあっても、それは、比較対象と自分の力が近いから比べてしまうという訳です。私は野球が得意ではありませんが、自分と大谷翔平選手とを比較して落ち込むようなことは確かにありません。もし、自分が他の人よりうまくいかないと感じるのであれば、「自分の力が、周囲の人の力と近いから悩むんだ」「自分の目標となる人を見付け、その人を目指して頑張ろう」と考え方を変えてみるだけで、心が少し軽くなるのではないのでしょうか。

学校生活でも、そして、これからの人生の中でも悩んだり、気持ちが沈んだりすることはあるでしょう。そんなとき、こんなふうに物事の見方や考え方を变えて、心を軽くし、前向きに過ごすことができれば、毎日がもっと楽しく、充実したものになるのではないのでしょうか。

勿論、見方や考え方を变えることにも気付けないぐらい余裕のないときもあると思いますので、そんなときは、「大人の知恵」を伝授してあげる必要があります。悩み多き中学生の時期、子供たちが笑顔で充実した生活を送れるように、御家庭と共に支えていきたいと思いますので、今後とも御理解・御協力をお願いいたします。



吉見中生の活躍



○全日本中学校通信陸上競技大会埼玉県大会

- ・男子 200m 決勝1組 3位 大津 一恭
- ・男子 100m 予選4組 2位 大津 一恭
- ・男子 400m 予選6組 3位 榎田 奏太
- ・男子 4×100mR 予選5組 6位

○令和7年度学校総合体育大会比企地区予選会

- ・野球 2回戦
- ・サッカー 1回戦
- ・女子バスケ 3位
- ・バドミントン 団体 優勝 <県大会出場>
個人W 3位 小林 樹奈・金久保仁菜 <県大会出場>
- ・卓球男子 団体A 3位 川端 明来・久保田 怜
B 決勝リーグ 6位
予選リーグ 2位
個人W 3位 野村 大雅・菊池虎之介
個人S 3位 雨宮 慧人 <県大会出場>
- ・卓球女子 団体 決勝リーグ 5位
- ・男子ソフトテニス 団体 3位 <県大会出場>
個人W 3位 三上 貴之・加藤 有陽 <県大会出場>
- ・女子ソフトテニス 団体 1回戦
- ・男子硬式テニス 個人W 優勝 関根 理思・堀之内景虎 <県大会出場>
- ・女子硬式テニス 個人S ベスト4 宮崎 志帆
- ・陸上 1年男子 100m 4位 福田 朝陽
7位 綿貫 豪郎
男子 200m 1位 大津 一恭 <県大会出場>
男子 400m 1位 榎田 奏太 <県大会出場>
3位 佐々木優翔 <県大会出場>
男子 800m 6位 関根 理思
1位 富岡 祐仁 <県大会出場>
男子 4×100mR 5位 金井 日駈
1位 <県大会出場>
女子 200m 5位 松本 栞奈
女子 800m 2位 木田 花楓 <県大会出場>
女子 1500m 4位 石黒 光里 <県大会出場>
女子砲丸投 6位 根本 琉沙
男子総合 2位
女子総合 8位
男女総合 4位

お知らせ

- ・第1回PTA資源回収は7月5日（土）です。
- ・8/11～8/16は学校閉庁日です。
緊急の場合は、教育委員会（54-7807）に御連絡いただきますようお願いいたします。
- ・2学期始業式は9月1日（月）です。

7月の予定

日	曜日	行事
1	火	学校指導訪問
2	水	
3	木	専門委員会
4	金	45分日課・学力向上の日・漢字検定
5	土	第1回資源回収
6	日	
7	月	
8	火	生徒朝会（図書） 3年進路説明会⑤⑥
9	水	美化週間（～15日）
10	木	
11	金	
12	土	学総県大会開始
13	日	
14	月	
15	火	表彰朝会
16	水	期末短縮（5h）
17	木	給食最終日・期末短縮（4h） 学年集会（①2年②1年③3年）・大掃除
18	金	1学期終業式
19	土	
20	日	
21	月	海の日
22	火	夏季休業日
23	水	
24	木	
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	
31	木	



埼玉県マスコット「コバトン」