



はね馬

妙高市立新井中学校
学校だより

No. 232

平成 30 年 11 月 30 日

いじめと脳の関係

校長 村井 友明

10月31日(水)に平成30年度新井中学校音楽祭を開催しました。結果発表が予定よりも大きく遅れたことから分かるように、全クラスが金賞と遜色のない素晴らしい合唱を行い、歌声をホールに響かせてくれました。この日まで各クラスには様々なストーリーが繰り広げられてきたことと思います。そのストーリーの最終回を最高の筋書きで終わってくれた生徒たちに感謝の気持ちで一杯です。音楽は感性を高め、豊かな情操を育てます。歌声の響く学校は、生徒の感性や情操が豊かであるとも言えます。今後も「歌声の響く学校」を新井中のスタンダードにしていきたく強く思いました。



さて、新潟県は県民ぐるみで「いじめ見逃しゼロ」運動に取り組んでいます。11月12日(月)に新井中学校でも、生徒会が中心となって「いじめ見逃しゼロスクール集会」を開催しました。

「いじめは許されないこと」と頭では理解しているのになくならないのはなぜでしょうか？正しい知識や強い気持ちだけでは解決できないのでしょうか？実は、脳内の変化に注目することで、今までとは違った視点で考えることができそうです。

「いじめは許されないこと」と頭では理解しているのになくならないのはなぜでしょうか？正しい知識や強い気持ちだけでは解決できないのでしょうか？実は、脳内の変化に注目することで、今までとは違った視点で考えることができそうです。

悪口を言ったり、意地悪をしたりすると脳内に「ノルアドレナリン」というホルモンが分泌されます。「ノルアドレナリン」は通常の状態であれば、体に必要なホルモンです。しかし、イライラしたり、人を攻撃したりすることによって必要以上に放出されます。そうすると**神経が昂ぶり、イライラしやすく、落ち着きがなくなり、キレたり攻撃的になりやすくなります。**毒性も有り、体を硬くする作用もあることから運動選手にとっては最悪のホルモンとも言われています。

反対に、褒められたり認められたりすると、脳内に「エンドルフィン」というホルモンが分泌されます。「エンドルフィン」は、脳内麻薬と呼ばれるほど**脳を活性化し、精神的なストレスの解消に効果がある**と言われていています。特に本能（食欲、睡眠欲、生存欲、集団欲）が満足すると最も分泌され、極まると**歓喜のような状態**になるそうです。人間が、**楽しくそして幸せに生きるためには、欠かせないホルモン**といえます。

つまり、悪口を行ったり意地悪をしたりすると、イライラして切れやすく攻撃的になります。反対に褒められたり、認められたりすると**ストレスが解消され、幸せな生活が送れるようになる**と言うのです。学校や家庭、地域で**どんどんと生徒に温かい声かけ**をすることで、脳内を「エンドルフィン」で一杯にしてほしいと思います。幸せな生活を送れる生徒を一人でも増やせたら願っています。是非、ご協力をお願いします。

感動をありがとう！ 音楽祭！！

10月31日（火）、文化ホールにて音楽祭が行われました。全校での「夢の世界へ」の大合唱から始まり、それぞれの学年、学級が「最高の合唱」を披露しました！

平日のお忙しい中、多くの保護者や来賓の皆様から会場に足を運んでいただき、中学生の頑張っている姿に大きな声援、拍手をいただいたことに感謝申し上げます。生徒にとって大きな成就感・達成感を得ることができた、素晴らしい音楽祭でした。

【1年生】（発表順）

	曲名	指揮者	伴奏者
1年1組	旅立ちの時 ～Asian Dream Song～	近藤 大貴	岸田実佳子
1年3組	HEIWAの鐘	細井 雄梧	吉田 萌恵
1年4組	変わらないもの	阿部 真斗	丸山雪月花
銀 1年6組	COSMOS	深石 琉巳	小池 美希
金 1年2組	新しい世界へ	佐藤 幸輝	森田 結菜
銅 1年5組	大切なもの	平出 蒼	嶋岡 凜弥



音楽祭に向けて、1回1回の練習を大切にしてきました。それぞれのパートで、改善点を見つけ、よりよい合唱を目指しました。そして、一人一人が時間を大切にし、1回でも多く歌おうと意識して行動しました。最初のうちは全く揃っていなかった合唱が、次第に揃っていきました。音楽祭当日は、緊張に負けず、楽しんで歌い切ることができました。その結果、見事、金賞を獲ることができて、うれしかったです。

1年2組 岡田 康希

【2年生】（発表順）

	曲名	指揮者	伴奏者
2年4組	時の旅人	米山 千也	堀川 真緒
銅 2年1組	美しい約束	佐藤 眞紘	吉村 堇玲
2年2組	明日の空へ	高橋 幸輝	古川 紗也
金 2年3組	あなたへ ～旅立ちに寄せるメッセージ～	西澤 健竜	小林 美咲
銀 2年5組	君とみた海	岡本 航尚	江口 瑞夏



私は実行委員として、クラスのみんなをまとめる立場でした。でも、自分の思ったとおりに進まず、全然声も出せず、どうすればいいかわかりませんでした。ですが、他のクラスの友達や先生方に、「3組は上手」と言われることが多かったです。その時、私はみんなが金賞にこだわりすぎていることに気づきました。だから私は、金賞よりもっとうれしい、クラス全員の笑顔のためにがんばりました。結果はどちらもつかみ取ることができました。本当によい経験になりました。

2年3組 増田 愛理

【3年生】（発表順）

	曲名	指揮者	伴奏者
銅 3年5組	はじまり	大宮 樺音	森田 麻友
銀 3年6組	親しらず子しらず	伊藤 彰吾	黒石奈那果
3年2組	決意	千葉 祐嗣	相羽 凜
3年1組	信じる	吉原永輝也	関 美莉
金 3年4組	結	中嶋 一颯	横山 颯
3年3組	流浪の民	宮下 由羽	遠藤 優佳



人は一人では生きてゆけない、信じる事で強い絆で結ばれる、合唱「結」には、そんなメッセージが込められています。日々の練習で出てくる課題や困難、しかしそれらを一つ一つ乗り越えるにつれて、それぞれの想いが一つの方向へ向かうようになりました。私たちはこの合唱を通して、チームワークは大きな力になると実感しました。一緒に最高の合唱を目指したみんな、サポートしてくださった先生方、ありがとうございました。

3年4組 中嶋 一颯

後期級長副級長、よろしくお願ひします！

10月12日（金）に後期級長副級長の任命式を行いました。

学年主任の呼名で整列し、代表生徒が校長先生から任命書を受け取りました。



3年級長会長 2組 横山 颯

前期に引き続き、後期も級長会長を務めさせて頂くことになりました。体育祭や音楽祭などの行事、日常の学校生活を通して、各学級とも春よりも確実にレベルアップしていると思います。今の学級で過ごせるのも、残り4ヶ月となりました。高校受験も団体戦ととらえ、学級でも学年でも、おたがいに高めあえる集団にしていきましょう。後期もみんなから応援され、後輩たちのよき手本となる学年を目指しましょう。

2年級長会長 1組 野口 雄太

私は後期級長会長として、次のように考え、実行しようと思います。

それは、3年生から学校を託してもらえよう学年として成長することです。そのためにも、自分たちから「AAA」がしっかりできること、「自立」と「自律」を心掛けた言動がとれることが必要だと考えます。まだまだ、私たちの学年は力不足ではありますが、「一歩前進」を合い言葉に、3年生の先輩方に認めてもらえるように頑張ります。

1年級長会長 1組 金子 颯汰

私は後期の級長会長として、自分の性格を一新したいという決意でいます。元々、私は面倒くさがり屋で責任感があまりないという性格でした。そんな自分を変えたい、そう思ったので級長会長に立候補しました。学年のリーダーとして、この学年を誰とでもチーム、という学年にしていきたいです。クラスや男女間の壁はあると思いますが、それを打ち消してこそ、真の集団になれると思います。そのために学年委員会が様々な企画をし、頑張ります。

チーム新井中 頑張っています！

駅伝部

- ◇新潟県中学校駅伝競走大会
(11月2日 越後丘陵公園特設コース〔長岡市〕)
男子 27位 新井中学校
女子 13位 新井中学校

社会科

- ◇中学生の「税についての作文」
妙高市租税教育推進協議会長賞
高田地区納税貯蓄組合連合会長最優秀賞
長谷川桃子〔3年〕
- ◇中学生の「税に関する標語」
関東信越間税会連合会会長賞
中山 綾乃〔2年〕
高田税務署長賞
豊田 七海〔2年〕
高田間税会会長賞
黒石凜太郎〔3年〕

国語科

- ◇第64回青少年読書感想文全国コンクール
新潟県上越地区予選
課題読書の部
佳作 堀川 紗聖〔3年〕
- 自由読書の部
優良賞 丸山 優香〔3年〕
佳作 杉谷 奏苗〔3年〕
岸田 彩希〔2年〕

いじめ見逃しゼロスクール集会より

- うわさ話をされたり、嘘を広められたりする
- 他人に勝手にアカウントを教えられる
- 勝手に写真を使われる
- スクリーンショットが拡散される
- 自分を外したグループができる

上記の5つについて、SNS使用時に自分がされて一番嫌なことから順番をつけると…。
どれが一番嫌なのかは人それぞれ。その人によって、感じ方や考え方は異なります。人を傷つけたり、不快な思いをさせたりする「あだ名」なども同様、相手を傷つけないためには、**相手の気持ちを押し量る力**が必要です。



～ 12月の主な予定 ～

- 12月 3日(月) 冬バス開始、配信問題
5日(水) 立会演説会
6日(木) 役員選挙投票日
11～14日 期末面談(三者面談:3年)
14日(金) 全校朝会

- 15～16日 県アンサンブルコンテスト
18日(火) 月末アンケート、清流
21日(金) 終業式、部活動なし
22日(土) 県アンサンブルコンテスト代表選考
29日(日) ～1月3日 閉庁日
(1月8日(火) 3学期始業式)