



# TEAM MYODEN



市川市立妙典中学校 生徒指導だより 令和7年7月1日 第4号

教育目標：未来を拓く妙典中生徒へ明るく・正しく・美しく>

目指す生徒：◎ふれあいを大切にする生徒 ◎進んで学ぶ生徒 ◎頑張りぬく生徒

## ◎一学期の振り返りをしよう

定期テストも終わり、いよいよ一学期も終わりが近づいています。物事の終わりとは、次に続く生活の始まりでもあります。この期間に一学期の振り返りを行い、夏休み、その先の二学期に向けて自分の成長、課題について整理しておきましょう。

### ◎「自律」のために

6月18日の全校集会で、「自律」の話をしました。

自分で自分の気持ちや行動をコントロールすることを「自律」といいます。集会の後の自分の生活を振り返ってみて、「自律」を意識して生活できていたでしょうか。

自分の気持ちは、自分が一番理解していますが、自分の行動は、意外と自分では理解できていないものです。ですから、人から言われた指摘を受け入れることは、「自律」することへの第一歩です。

周りに指摘されることは、受け入れがたいときもありますが、あなたの行動を、周囲の人が受け入れることができないであれば、別の方法をとるべきだったと考えられます。周りから見た自分の姿を理解して、自分の行動を見つめなおしましょう。

### ◎薬物乱用防止教室

6月24日に、1年生を対象に薬物乱用防止教室を開催しました。今年度は、薬剤師の泉雄介様にお越しいただき、違法薬物の危険性はもちろん、市販の薬の過剰摂取（オーバードーズ）の危険性についても教えていただきました。

2、3年生は昨年度学んでいますが、改めて薬の使い方について注意しましょう。

#### ☆★薬物乱用をしないために★☆

- ・違法薬物（大麻や覚せい剤など）にはかかわらないこと。
- ・市販薬（かぜ薬など）は、決められた使用方法、使用量を守って使うこと。
- ・違法薬物やオーバードーズをしている場面を見かけたり、誘われたりした場合は、決して一緒にやらず、大人に相談すること。

## ◎一度の結果よりも日々の繰り返しを大切に

期末テストが返却され、一学期の成績が出る時期になりました。結果が気になっている人も多いのではないでしょうか。もちろん、頑張ってきたからこそ、得点や成績は意識するものだと思います。ですが、得点や成績といったものは、みなさんの一学期間の取り組みの結果として出るもので、肝心なのはどんな取り組みをしてきたかということです。

結果だけを見ている人は焦ったり、イライラや不安でうまくいかないことが多いです。やるべきことをやる、直すべきこと、伸ばすべきことが何かを考えられる人は、落ち着いてゆっくりでも着実に成長していきます。ウサギとカメではないですが、普段からの取り組みをていねいに、大切に積み重ね、目指す結果のために計画的に行動できるようになります。

