



# 清流中だより

清い流れは大海へ 未来へ漕ぎ出せ清流中！

## 明日から冬休み・今年を振り返る

### ～終業式の校長講話(抜粋)から～

今日は、2学期の終業式にあたり、「リフレーミング」という考え方についてお話したいと思います。少し聞き慣れない言葉かもしれませんが、心理学の分野ではよく使われている言葉です。

私たちは、毎日いろいろな出来事の中で生活していますが、同じ出来事でも、人によって受け止め方や感じ方は違います。この「物事を見る視点」や「考え方の枠」のことを、心理学では「フレーム」と呼び、「リフレーミング」というのは、簡単に言えば、**今とは少し違う見方をしてみることを**をさします。

例えば、試験中に残り時間が10分になったとします。「もう10分しかない」と思えば、焦ったり、不安になったりするかもしれません。でも、「まだ10分もある」と考えることができれば、落ち着いて、今できることに集中しよう、という気持ちになります。時間は同じ10分ですが、**見方を変えるだけで、気持ちや行動は大きく変わります。**

もう一つ、身近な例として買い物や食事のときに、なかなか決められず迷ってしまう人がいるかもしれません。「優柔不断だ」と言われると、少し嫌な気持ちになりますね。でも**見方を変えれば、「自分の気持ちを大切に、納得いくまで考えている人」「慎重に物事を選ぶ人」とも言えます。**こんなふうに、短所だと思っていたことが、**見方を変えると長所になることもあります。短所の数だけ、長所があると考えることもできるのです。**

こう考えると私たちの目の前で起こる出来事は、もともと「良い」「悪い」が決まっているわけではなく、**どんな見方をするかによって、気持ちもその後の行動も変わってくるので、その出来事に意味を与えているのは私たち自身**ということになります。

さて、2学期が終わり、まもなく新しい年、2026年を迎えます。この2学期を振り返る中で、うまくいったことも、思うようにいかなかったこともあったと思います。その一つ一つを、ぜひ少し違う角度から見直してみてください。

明日からいよいよ冬休みです。全校の皆さん一人一人が、健康で自律した冬休みを過ごし新年の始業式では晴れやかな顔の皆さんに会えることを楽しみにして2学期終業式の言葉といたします。



### ◆◆保護者の皆様◆◆

ご家庭や地域のご理解・ご協力のおかげで1年のうちの最も長い2学期が終了しました。生徒たちは行事や部活動、生徒会活動などで様々な活躍を見せてくれました。**冬休み中も中学生として自律した生活が送れるようご家庭のサポート**をお願いいたします。1年間お世話になりました。良いお年をお迎えください。

# 表彰集会 ※12月24日の表彰

◎群馬県中学校新人大会

◆バドミントン男子 シングルス 優勝

◎桐生市みどり市中学校新人大会

◆サッカー 準優勝

◆バスケットボール男子 準優勝

◎桐生市教育文化作品展出品

◆理科学習発表会の部 2年

1年

1年

◆美術の部（立体） 3年

（絵画） 3年

2年

1年

◆書写の部 3年

2年

1年

◆学校新聞の部 3年

2年

1年

◆読書感想文の部 3年

2年

1年

◎群馬県明るい選挙啓発ポスター 入選

◎中学生税についての作文 優秀賞

◎日本善行会 桐生みどり支部 善行生徒表彰 3年

◎桐生・みどり地区学校警察連絡協議会 善行生徒表彰 3年

◎明るい家庭・地域づくり運動 推進標語 中学校の部 佳作

◎緑と花のポスター 銀賞 2年

銅賞 1年

◎環境ポスター展 最優秀賞 1年

優秀賞 2年

佳作 2年

◎火災予防ポスター 銀賞 2年

銅賞 2年

◎「伝統のある街・桐生」絵画コンクール

銅賞 2年

日本遺産賞 1年

◇租税教育推進に関する感謝状

★公益財団法人ベイシア 21 世財団からの助成金

※ ◇印は、主に社会科の授業を通じて毎年租税教育を積極的に推進していることから、桐生税務署より感謝状が贈られたものです。また、★印は公益財団法人ベイシア 21 世紀財団よりいただいた目録であり、総合的な学習の時間の「桐生学習」に関わる教育活動を充実させるために活用いたします。



※個人名は省略