



通信制高校 自身の成長実感

(熊日「こちら編集局出張版」(令和2年11月7日)より)

熊本日日新聞「こちら編集局出張版」(11/7)に、志成館2年丸内敏也君のインタビューが載りましたので、こちらでも紹介させていただこうと思います



通信制高校に通っています。中学時代は、熊本地震がきっかけで学校に通いづらくなり、不登校を経験しています。高校ではそんな自分を変えたくて新しいことを始めようと、生徒会や学校関係のイベント運営に携わるようになりました。

10月の文化祭では実行委員長として、ステージで司会を務めました。新型コロナウイルスの影響で開催が危ぶまれましたが、今だからできることを自分たちなりに考え、7月豪雨の被災地支援をテーマに企画。多くの方が来場し、無事に終わられました。

中学時代の僕なら、人前に立って話すなんて考えられませんでした。徐々に慣れてできるようになったと実感しています。12月には、他の通信制高校と合同で開催するスポーツイベントも企画中です。参加した生徒たちみんなが、思いっきり楽しめるイベントにしたいです。



<文化祭「志成祭」ステージの様子>



<「スポフェス(昨年度)」の講評時の様子>

日	曜	12月の予定	※コロナに関する国や県、市等の方針に従い、変更になる場合があります。
1	火		
2	水		
3	木		
4	金	総合学習「地域清掃ボランティア」	
5	土		
6	日		<p>■ 大学受験科</p> <p>受験に関して、学力はもちろんですが、その力を発揮できる能力がないと意味がありません。体調管理はもちろんですが、自分に自信をもち、平常心で臨めるよう心掛けてください。</p> <p>また、来月の1月16日・17日（土・日）は大学入学共通テストが控えております。時間など間違えることがないように注意されてください。</p>
7	月		
8	火		
9	水	3年】<後期>定期試験	
10	木	↓ 3年】終業式	
11	金	スポーツフェスティバル	
12	土	創立記念日	
13	日		
14	月		
15	火		
16	水		
17	木		
18	金	1、2年】終業式/クリスマス会/<後期>レポート提出締切 大受】<後期>授業終了	
19	土		
20	日		
21	月	大受】<冬期>個別指導	
22	火		<p>■ 高等学院</p> <p>3年生は9・10日（水・木）が後期試験となっています。レポートをしっかり見直し、実力を発揮できるよう準備をされてください。</p> <p>1・2年生は18日（金）がレポート提出締切となっていますので、計画的に課題をこなしてください。</p>
23	水		
24	木		
25	金		
26	土	学校閉館（1月3日まで）	
27	日		
28	月		
29	火		
30	水		
31	木	↓	

カウンセラー森下の 心理学コラム



11/1（日）よりせいシンポジウム第一部の講演にて、精神科医の大野裕先生がこういったお話をされました。

☆気持ちや考えを伝えるときのコツ☆
「み・かん・てい・いな」

み
見る

てい
提案する

かん
感じる

いな
否と言われ
たときの代案



「み」見る…客観的な事実・状況を確認しよう
「かん」感じる…主観的な考えや気持ちを含めよう
「てい」提案する…的を絞って具体的に伝えよう
「いな」否（いな）…断られたときの代案を用意しておこう
上記のことは、『相手の立場を尊重しながらも、自分の意見を素直に伝えるコミュニケーションスキル（アサーション）』として使われています。要は、対等に心が通い合う関係を作りたいということですね。友達、家族、職場などで意識してみると、円滑なコミュニケーションにつながると思います。私も早速、実践してます(^^)♪



キヨジの“ちょっといい話”～その④

『一つだけ教えておこう。きみはこれからも何度もつまづく。でも、そのたびに立ち直る強さも、持ってるんだよ。』



『ドラえもん』に「45年後……」という短編があります。45年後ののび太が子ども時代を懐かしんで、現在ののび太のところへタイムマシンでやって来る話です。そして、いつもの通りすったもんだの一日が過ぎて、オッサンのび太が未来に帰っていき場。久しぶりに童心に返って遊びまくったオッサンのび太が、お礼に「宿題でも手伝おうか？」と申し出ると、コドモのび太は「自分でやるからいい！」と、断ります。オッサンはすかさず「さすがは僕だ！」と妙な誉め方をした後にそう続けました。

未来の自分に言われるんだから、これほど確かな事はありません。そこで僕らも、過去の自分に向かってならば、「そのたびに立ち直る強さも、持ってるんだよ！」と言い切れる訳です。だとすると、未来の僕らもきっと、今現在の僕らに向かって同じセリフを言えるんじゃないかなあ…と想像をふくらませたくなりました。

夜空のムコウ

by 柴田昌樹

呪文を唱えます。“水金地火木土天海”さて、なんの呪文でしよう。宇宙に存在するあるものに関する呪文です。もうお気づきかもしれませんが、これは“太陽系に属する惑星の名前の頭文字を並べたもの”です。ちなみに惑星とは、太陽のような自らが光っている星（恒星）の周りを公転している（回っている）天体のことです。水星、金星、地球、火星、木星、土星、天王星、海王星という8つの惑星が太陽の周りを回っています。これらの惑星の大きさを比較してみましょう。

地球の大きさをパチンコ玉（約1cm）に例えます。すると、それぞれ水星：お米、金星：パチンコ玉、火星：BB弾、木星：砲丸、土星：ソフトボール、天王星：ピンポン玉、海王星：ピンポン玉、程度の大きさです。そして、太陽は直径1m（正確には1.09m）のバランスボールくらいになります。地球を約109個も並べられます。ちなみに、夜に輝く月はどうかと言うとマッチ棒の先端くらいの大きさです。

こんなに大きさが違うのに、地球から見ると同じくらいの大さに見えるのは不思議ですね。これはいわゆる遠近法というやつです。自撮りするときに、他の人よりも少し遠くから写ると小顔に見えることと同じです。月に比べ、太陽がとても遠い所にあるので、同じくらいの大さに見えるというわけです。他の天体も、距離によってさまざまな見え方をします。次回は、天体間の距離の話などをしていきたいと思います。

奥深いフォークの世界 by 沖住



あ、沖住です。今日ご紹介するのは吉田拓郎『親切』です。この歌はアルバムの中の一曲ですが、私にとって特別な歌です。歌詞の内容は、「いつの間にか友達となって毎日一緒に過ごしてはいるが、その関係性に疲れ始め、縁を切ろうと考えている」というものです。

仲良くなっていく頃は毎日が楽しく（実際には楽しくしようと演じているわけだが）、時間が経つにつれ徐々にめんどくさくなり、最後は嫌悪に変わる。人間関係にこのような印象をもっていた私にとって、この歌はまさに「僕の歌だ！」だったわけです。

あれから20年以上経ち、今この歌を久しぶりに聴いて受ける感動は当時より少なくなっています。これは聴きすぎたことによる限界効用減滅のせいなのか、考えが変わったからなのか、なかなかわからないわけですが、私の人格形成（人格強化？）に関わった一曲であることに変わりはありません。

「僕はその日が来るような気がする
もうゴメンだ もうとてもじゃない
これで終わりにしようどちらが言い出すか
そう、僕は君に言ってもらえると気が楽だね」

志成館・ぐるぐるログ

11月6日、グリーンランド遠足が行われました。天候の不安もありましたが、日差しが強いわけでもなく雨が降るわけでもなく、遠足にもってこいの一日でした。今回はその際の写真をお届けします。



《カウンセリングのご案内》

志成館にはカウンセラーが常駐しています。困っていることや悩んでいることなどあれば、生徒本人・保護者・家族問わず、お気軽にご相談ください。【熊本校】清田一弘（心理療法カウンセラー） 【八代校・人吉校】森下華奈（メンタル心理カウンセラー）



日本航空高校【熊本キャンパス】
志成館高等学院
志成館【高認受験科】
志成館【大学受験科】



〒862-0973 熊本市中央区大江本町7番3号（味噌天神バス停徒歩0分／味噌天神となり）
TEL 096-366-1008 FAX 096-371-3871 ホームページ URL: <http://www.siseikan.net>