

## 12月の重点項目

## 元 気 の よ い 挨拶

～挨拶は人間関係を良好に保つための第一歩～

## ○今月の重点項目について

最近の生徒の様子で気になっているのが「挨拶」です。集会時、授業のはじめと終わり、朝の登校時等、全体的に挨拶に元気がないような気がします。登校時の挨拶の際にも、目も合わせずに形だけ「おはようございます」と言い、通り過ぎる生徒もいます。授業の際の挨拶もクラスによって差があるようで、全体としてもう少し気持ちのよい挨拶をしてほしいと思います。

もともと挨拶の語源は、「一挨一拶（いちあいいちさつ）」という禅宗の問答（師が弟子の悟りの深さを試すための問答）に由来した言葉だそうです。「挨」は心を開くとか接近する、「拶」は迫る、近付くという意味です。また、人間関係を大切に  
する茶道では、「一挨一拶」は、精進の基本とされ、人間社会の秩序の基であるとの教えがあるそうです。その「一挨一拶」から「挨拶」へと略され、現在のように用いられるようになったとされているようです。



また、昔、挨拶は、敵か味方かの確認をするために用いられたとも言われています。挨拶を交わすのは「私はあなたの敵ではありません」ということを伝えるため、ということでもあったそうです。

いずれにしても挨拶は、人がコミュニケーションを図る上でなくてはならないものです。朝夕の挨拶だけでなく、様々な場面で、互いを思いやりながらコミュニケーションを図ることができれば素晴らしいと思います。相手を気遣う言葉や行動が、豊かな心を育てていくと考えています。

外部から来校された方から、「南高の生徒はよく挨拶をしてくれますね。」とお褒めの言葉をいただくことがあります。学校全体で「元気のよい挨拶」を推進している中、とても嬉しいお言葉です。

挨拶は人間関係を良好に保つための第一歩です。どのような場面においても、気持ちのよい、元気な挨拶ができるよう、引き続き啓発に努めたいと考えています。ご家庭でも朝の「おはよう」、「行ってきます」、帰宅時の「ただいま」夕食時の「いただきます」、「ごちそうさまでした」、就寝時の「おやすみなさい」等、その都度気にかけていただくとありがたく思います。

## ○気持ちのよい元気なあいさつをする人は

- ・周囲からの信頼が厚くなる（好意的に受け止められる）
- ・周囲からのサポートを受けやすくスムーズに事が進むことが多い

## ●あいさつができない人は

- ・周囲から敬遠されやすく、周囲の評価も低くなりがち
- ・困っているときに周囲から気づかれにくい

## ○身だしなみについて

最近の生徒の服装で気になるのが以下の点です。

- ・制服からはみ出している（中に着用する）衣類（男子）
- ご家庭でもお子さまへの指導をお願いします。

### 制服の中に着用する防寒着の規定

- 1 女子は学校指定のセーターとする。
- 2 男子は制服からはみ出さないものとし、パーカーや襟が高いものは禁止する。

### \*マフラーおよびネックウォーマーの着用について

下記の条件のもとでマフラーおよびネックウォーマーの着用を認めています。本規定については生徒会が2年間かけて検討し、登校時のあいさつ運動や試行期間中の着用状況の観察等、様々な努力を積み重ねて、平成28年度に導入されたという経緯があります。着用の際は、このことを忘れることなく、きちんとルールを守って欲しいと考えています。

### マフラーおよびネックウォーマーの着用について

（マフラー・ネックウォーマーの）着用を認める。条件については以下の通りとする。

（着用規定）

- ①着用期間は12月～3月までとする。
- ②黒・白・紺・茶を基調とした無地でかさばらないものとする。
- ③長さは180cm×30cmまでとする。
- ④校舎内での着用は認めない。生徒玄関前で外す。
- ⑤ネックウォーマーはワンポイントまで可とし、デザイン等についてはマフラーに準ずる。

平成27年度第2回生徒総会決議事項

## ○お子様はスマホ依存症になってませんか？

スマホの普及に伴い、**ゲーム依存症（ゲーム障害）**の人が急増しています。子どものネット依存は、成績低下、昼夜逆転による不登校の要因となっているばかりでなく、ネット上でのトラブルや犯罪に巻き込まれる一因ともなっています。

厚生労働省のHPに、ゲーム依存症（障害）の特徴として、①「ちょっとした楽しみ」「息抜きに」と始めたゲームが、段々と「いつでもどこでもできる手軽な気分転換」の手段となることが多い。②特にインターネットに接続されているオンラインゲームの場合、ゲームが絶えずアップデートされ、**ゲームに終わりが無い**。③一緒にプレイする仲間や敵がおり、そこに対人関係や競争が生まれる。ゲームに加え、**対人要素が依存性を益々高めている**。と述べられています。

また1998年の科学雑誌「ネイチャー」のある論文には、「ゲームをすると、脳内のドーパミンが著しく増加することで快感を引き起こし、もっとゲームがしたいと思うようになる。しかし、ゲームを繰り返しやっていくうちに次第に感度が鈍くなり、快感が薄れていく。そのため、脳は、以前と同じ程度の快感を得ようとして、より一層ゲームにのめり込むことによって、ドーパミンの放出を増やそうとする。**この状態は薬物依存の状況と似ており、やり出したら止まらなくなる。やめさせようとする**と暴力的になってしまうのは、麻薬中毒患者が麻薬を欲しがると同じで、脳内のドーパミンの快感欲しさによる行動である」とのことです。人間にとって、ドーパミンの快感は、食欲や睡眠欲といった生理的欲求を上回るほどの強さを持っているため、**重度の依存になると、食べることも眠ることもしないでゲームに没頭し、場合によっては死に至るケースもある**そうです。

このことはもはや「対岸の火事」ではありません。お子さまの命や健康を守るために大人（親）ができることは何か。しっかりと考えなければなりません。学校においても、毎年携帯端末絡みの問題が発生していますが、ほとんどの場合、こどもが“持ちっ放し”の状態でした。是非携帯端末について日常的に話し合うような雰囲気を作ってください。

