

わが学舎！！

令和7年度 北九州市立富野中学校通信 その9 文責 田中彰一

○つながる心 ひろがる文化

富野中学校で、はじめての修学旅行に行ってきました。
もちろん最大の目標は「全員が無事に帰ってくること」でした。
少しだけ心配していましたが、その必要は全くありませんでした。
よかったと感じたことを三つ書きます。
はじめに、「3日間の天気」が最高でした。
関西方面への修学旅行には何度も引率を経験してきました。
今までの、どの修学旅行よりもベストコンディションだったと思います。
きっと願いが届いたのでしょう。
次に、「生徒の皆さんの動き」が素晴らしかったです。
班長を中心に先生方の指示と時間を守りながら行動することができました。
2年生の姿は立派でした。
最後に、「先生方のきめ細やかな対応」に感心しました。
学年主任の先生を中心に丁寧な準備が行われていました。
この修学旅行を成功させようという熱い思いです。
生徒の皆さんに対する温かい配慮を随所に観ることができました。
ともあれ2年生の皆さんには、たくさんの素敵な思い出ができたことでしょう。
この経験を、ぜひ今後の中学校生活に生かしてください。

○テンション・リダクションにご用心

「家に帰りつくまでが〇〇です」という台詞を聞いたことがあるでしょう。
これはテンション・リダクションに配慮した言葉です。
重要な場面に臨むとき、誰もが乗り越えるための気構えや身構えをつくります。
でも、その出来事が終わると少しずつ緊張感はなくなってしまうのです。
緊張感が強ければ強いほど、反動は大きく無防備な状態になってしまいがちです。
これが、テンション・リダクションです。
わかりやすくいうと「緊張の糸が切れた状態」なのです。
人間は緊張し続けることはできません。
でも、ある程度は自分で調整することができます。
緊張とリラックスを上手にコントロールできるようになりましょう。
毎日の学校生活も同じです。
家に帰りつくまでが学校生活なのです。