



笑顔とやる気いっぱいの七中 生徒自らが常に鍛え続ける七中

七中だより



第 3 号 中野区立第七中学校 《学校だより》

令和5年5月29日

ことばのグレーな領域

校長 上村 諭

皆さんは、小さな頃から「自分がされて嫌なことは、他人にもしてはいけない」と教わってきたかと思います。おそらく、このことばを今初めて聞いた、といった人はいないでしょう。

この「嫌なこと」というのが何を指すのかは難しい、ということに気づいているのでしょうか？

例えば「応援してあげよう」「励ましてあげよう」と、良かれと思ったことばがけが、相手にとっては「嫌だな」とか「気にかかるな」とか、意図に反して受け取られてしまうことがあります。

そんな場面で、受け取った人が「そう言われたら、私は辛いんだよね」とか「今、そう言われるとキツいなあ」とか伝えることができたなら、すばらしい。しかも、言った人は「嫌な思いをさせるつもりはなかった。これからは、違う言い方をするね」といったやり取りができたならば、相互理解が深まります。これが「対話」というものです。

このような対話ができたら、それに越したことはありません。しかし、実際に人と人との関わる時に、そういった対話をするのはなかなか難しいことです。たとえ、親しい人同士だとしてもです。おそらく、「ちょっと嫌だな」と感じて、軽く笑って流すことが多いのではないのでしょうか。

ですから、皆さんには、確実に覚えておいて欲しいことが一つあります。

ことばには、悪意を感じさせる「黒」の部分と、嫌な思いを感じさせない「白」の部分があります。この「黒」と「白」の境界線は、はっきりと切り分けることはできません。なぜなら、人によって境界が違うからです。だから、言う人にとってみれば「この程度、別に」だとしても、相手にとってみれば「ちょっと引かかるな」といったことが起こるのです。

人それぞれによって「黒」と「白」の境界が違うのですから、相手の受け取り方に「グレー」な領域がある。人それぞれだから「グレー」の領域は非常に広く、これが人との関係性を難しくする一因である、ということを実際に覚えておいてください。

もし、自分が言ったことに対して「あれっ、相手に嫌な思いをさせてしまったのかな」と思ったら、反省をすることは大切です。この反省のなかに「じゃあ、次に同じことを伝えるには、どんな風に言おうかな」「どういう風に接すればいいかな」といった、前向きな、建設的なことを含めて考えて欲しいと思います。

これから、運動会という、大きな行事がまっています。練習や本番では皆さんは懸命に取り組むからこそ、気持ちや思いが高ぶっていくかと思っています。こういうときこそ、「グレー」な領域が存在することを気かけながら、盛り上がっていきましょう。

(5月全校朝礼の講話から)

生徒の活躍

全国中学生人権作文コンテスト 東京都大会

東京都作文委員会賞 3年

中野地区人権擁護委員会賞 3年

お知らせ

新型コロナウイルス感染症の5類感染症への移行後の対応について

5月8日以降の5類感染症に移行後でも、登校前には健康観察（体調不良ではないかを確認）していただき、発熱等の普段と異なる症状があるときは無理をせず、病院で受診していただくようお願いいたします。

- 学校における教育活動においてマスクの着用を求めません。
- 健康観察表は終了します。ただし、今後の感染状況によっては健康観察表の記入・点検を実施する場合があります。
- 手洗い等の手指衛生や咳エチケットの指導、常時2方向の窓を開ける等の適切な換気は継続します。
- 新型コロナウイルス感染症に感染したときの出席停止期間は、「発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで」になります。なお、発症した日、症状が軽快した日を0日目として数えます。
- 出席停止解除後、発症10日間が経過するまでは、ウイルス排出の可能性があることから、マスクの着用を推奨します。
- 保健所から新型コロナウイルス感染症患者の濃厚接触者の特定は行われません。
- 従前であれば濃厚接触者として特定された生徒についても、今後は行動制限は求められません。
- 出席停止解除後に保護者が記入した「登校届」を提出していただきます（ホームページに掲載されています）。届出用紙を記入するために医療機関を受診する必要はありません。

匿名で報告・相談できるアプリケーション「STANDBY」

不安や焦り、つらいことなどがある場合には、誰かに話をするだけで、視点を変えたり、気持ちに余裕が出たりします。そういったときに相談できる相手は、教員やカウンセラーが考えられますが、その他にもSNS相談窓口「STANDBY」を設置しています。

相談員の対応時間は平日の午後5時から午後10時ですが、送信は24時間することができます（返信が翌日になる場合があります）。

- (1) スマートフォン・タブレット端末からの相談は、「STANDBY」アプリをインストールします（中野区から貸与しているiPadには、インストール済み）。
パソコンからの相談は、「STANDBY WEB アプリ」（<https://webapp.standbyapp.jp>）にアクセスします。
- (2) 配付されたアクセスコードを入力します。
- (3) 「報告・相談」ボタンをタップして相談できます。

STANDBYの使い方



☎ 直接電話で相談

24時間子供SOSダイヤル
0120-0-78310
(毎日24時間)