



学校だより

〒617-0824 長岡京市天神4丁目5番1号

<http://www.kyoto-be.ne.jp/nagaoka-jhs/cms/>

令和7年度

5月号

TEL: 951-1171

FAX: 951-8427



新年度が始まって1か月！ ～ほんものの『挨拶（あいさつ）』とは～



校長 湯浅修一

5月になり、新緑がまぶしい季節となりました。新学期が始まって1か月が経ちましたが、生徒の皆さんは、新しい学年・学級での生活にも少しずつ慣れ、落ち着いて学校生活を送ることができるようになってきたでしょうか。新2・3年生は言うまでもなく、今年度の新入生も、毎朝、元気のよい、大きな声であいさつを交わしてくれます。あまりのすごさにうれしさを乗り越えて感動するくらいです。

過去には何度か、挨拶については「学校だより」にも書いていますが、今回はさらにバージョンアップして「ほんものの挨拶とは？」ということについて私の思うことを伝えたいと思います。

禅（ZEN）の世界では「挨拶」という言葉は、「互いに和（なご）み合って」、「相手の心を開き（挨）、その中に自分の心を投げ入れる（拶）こと」という意味を持っています。とても難しい表現ですが、挨拶する方もされる方も「お互いが心を開いて近づくことで、人間関係を築いていく第一歩になる」というような意味になると思います。

日々、人間関係の中で生きている私たちにとって、挨拶というのは実に深い意味を持っているのです。挨拶というのは、単に朝・昼・晩の出会いの合図、別れの合図ではないということです。その言葉の中に、相手を認める、感謝する、尊敬する、親しみ・優しさ・心配りを感じ合うなどが含まれているのです。

私が知っている限り、挨拶がしっかりとできる人は、例外なく人間関係が豊かな人たちです。周りを明るくしてくれる人たちです。では、どんな挨拶が「ほんもの」なのでしょう。どういう挨拶で心がけるべきなのでしょう。



【ほんものの挨拶とは？】

- ・自分から…戦国時代の武将、黒田官兵衛（くろだかんべえ）は、「一日の仕事は挨拶から始まり、挨拶で終わる。では、先にした方がよいのか、それとも相手の後にした方がよいのか…、相手を見たら真っ先に挨拶をするものだ。すると先手有利で相手に良い印象を与える事ができる。まさに先手必勝だとも部下たちに言った」と言われる。
- ・笑顔で…アメリカの心理学者トムキンス氏が発表した「顔面フィードバック仮説」では、笑顔になることで顔の表情筋が刺激を受け、それが脳にフィードバックされると、ポジティブな感情が生まれる。また、仏教では「笑顔」は相手に①いやし②安心③しあわせを与える事ができるという七施（しちせ）のうちのひとつ（和顔施）である。
- ・大きな声で…大声を出すとリラックスできるのは、深い腹式呼吸を伴い、それが副交感神経をオンにするから。自然に自律神経のバランスが整ってリラックス状態になる。どういうわけかモヤモヤしたものが払拭されてすっきりする、らしい。ただしこれ（大声）はTPOに応じて、には注意。
- ・心を込めて…形ではなく、どのような気持ちを伝えるために挨拶をするかが大事。「今日も会えてよかった!」「今日もお互いに頑張りましょう!」「今日も元気ですか?」「今日も会えて嬉しい!」— そういう気持ちを伝えるために挨拶をすることが大事。
- ・相手の目を見て…目を見て挨拶すると、心が通じ合う。目を合わせないと相手の心がつかめない。「目」と「心」はつながっているもの。

上に書いたように、皆さんの日々の挨拶は本当に素晴らしいです。けれども、さらにバージョンアップした「ほんものの挨拶」ができるようになると、もっともっと皆さんの人生は豊かになると私は思います。

最後になりましたが、地域・保護者の皆様には、平素から本校の教育活動に並々ならぬご理解とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。また、大変お忙しい時期にもかかわらず、保護者の皆様には、4月当初の授業参観（学級懇談会）や家庭訪問・個人懇談では、お時間を割いていただきありがとうございました。今後も引き続き、教職員一同、生徒が安心・安全で豊かな学校生活が送れるよう、全力を挙げて取組を進めてまいります。

何卒、本校教育の推進により一層のご理解とご協力をいただきますよう、どうかよろしくお願いいたします。



乙訓地方春季大会の主な結果

【団体】優 勝 男子剣道
準優勝 野球
準優勝 サッカー
準優勝 男子ソフトテニス
準優勝 男子バスケットボール
第3位 女子剣道

【個人】優 勝 男子剣道
準優勝 男子剣道
第3位 女子剣道
ベスト4 女子テニス
ベスト8 男子テニス
ベスト8 女子テニス

かんぱり
ました!

ホームページ掲載につ
きましては氏名を削除
させていただきます。

【陸上】男子2年 100m 3位
男子3年 100m 1位
男子共通 200m 1位
男子共通 800m 1位
男子共通 1500m 1位
男子共通四種競技 1位

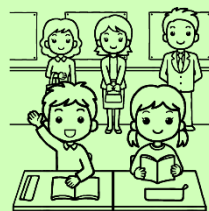
女子2年 100m 1位
女子3年 100m 3位
女子共通 800m 2位
女子共通 4x100mR 1位

女子共通走幅跳 1位

保護者の皆様へ

本校では常時の欠席連絡に「スク
リレ」によるメールでの連絡を取り
入れています。スクリレの登録等
でお困りのことがありましたら学校に
ご連絡ください。なお、事前にお配
りした文書には8時までには連絡を頂
けるように記載していましたが、8
時に遅れてもスクリレでの連絡は学
校に届きますので、8時を過ぎて連
絡をいただいても大丈夫です。欠
席・遅刻の時にはお忘れなく連絡を
いただけるようお願いいたします。
また、詳細が必要な場合は電話でご
連絡いただいてもかまいません。

4月15日(火)に授業参観を実施しました。保護者
の皆様にはお忙しい中ご来校いただき、誠にありが
とうございました。新年度が始まって間もない時期で、
生徒たちもまだ緊張が解けない
中での参観でしたが、多くの保
護者の皆様に参観に来ていただ
き、学校の様子をお知らせす
る良い機会となりました。



大阪万博についてのお知らせ

今、大阪で万博が開催されていますが、本校は9月初
旬に学年ごとに別々の日程で万博に行く予定をしていま
す。計画・行程については現在旅行会社に委託して進め
ています。詳細が決まりましたら皆様にご案内させてい
たきます。

5月 主な行事



日	曜日	内 容
8	木	進路説明会
14	水	3年生修学旅行(16日まで)
19	月	3年生学習確認プログラム(20日まで)
22	木	検尿検査(23日まで) テスト前学習/学習補充(23日まで)
26	月	中間テスト(27日まで) 教育実習開始(6/13まで)
28	水	3年生学びのパスポート
29	木	2年生学びのパスポート
30	金	1年生学びのパスポート
31	土	学校公開・授業参観 あいさつ運動



6月 主な行事



日	曜日	内 容
2	月	代休日
3	火	教育相談(11日まで)
5	木	1年生校外学習
10	火	3年生高校授業体験 2年生職場体験(11日まで) 1年生交通安全教室
12	木	3年生校内学力テスト(13日まで)
14	土	乙訓陸上大会
17	火	1,2年生非行防止教室
20	金	テスト前学習/学習補充(23日まで)
20	金	生徒総会
21	土	山城陸上大会
24	火	期末テスト(26日まで)

※行事予定は現時点のものであり変更の可能性がありま
す。変更の際は都度お知らせいたします。