

3 学年だより

No.2

2022年5月2日発行



インターハイ始まる 3年間の部活動の集大成を！

いよいよ最後のインターハイが始まりました。これまでの練習の成果を出し切り、悔いのない大会にしましょう。勝負の世界には勝ち負けがつきます。結果がどうであれ、そこから多くのことを学ぶことでしょ。これまでがんばってきた自分を信じ、仲間を信じ、胸をはり自信を持って試合に挑もう。「信義 全力」「不撓不屈」でがんばれ福商生！

インターハイ日程

県北地区大会(支部大会)

陸上競技 5/7～10 バスケットボール 5/7～10 バレーボール 5/7～9
卓球 4/30、5/13～14 サッカー 5/13～16 ハンドボール 5/14～16
剣道 5/14～16 弓道 5/14～15 テニス 5/7～9 フェンシング部 5/14
バドミントン 5/6～8 柔道 5/7～8 水泳 6/4～5 野球(春季)4/23～5/3

県大会

陸上競技 5/27～30 バスケットボール 5/28～30
バレーボール 5/28～31 卓球 6/3～5 サッカー 5/28～30、6/4～5
ハンドボール 6/4～6 剣道 6/4～6 弓道 6/4～6 テニス 6/4～6
フェンシング 6/4～5 バドミントン 6/4～6 柔道 6/4～6
水泳 6/24～26 馬術 5/7～8 野球(春季)5/14～22



5月の行事

2日 自転車点検 生徒総会

11日

志望理由書、自己PR文再提出

11日～12日

進路用顔写真撮影

23日～26日 中間考査

*今から計画的に準備を！

26日 選手壮行会

*進路説明会の出欠確認票
×切

*日本学生支援機構奨学金
申し込み×切

重要なお知らせ

進路用顔写真撮影の準備を
してください

進路の願書に添付する写真を
撮影します。

進路先の人が初めて目にする
ものです。

5月10日までに髪をきれ
いに整えてください。

校章、リボン、ネクタイ、ブレ
ザーの汚れの確認を。

一度で撮影が終われるよう

子どもと「ヒーロー映画」を見ると強くなる？

藤代 圭一 <info@shimt.jp> 2022年4月15日(金) 20:07

ミラーニューロンという言葉を知っていますか？別名「ミラー細胞」と呼ばれているのですが、他の人の行動を見て、まるで自分自身が同じ行動をとっているかのように「鏡」のような反応をすることからミラーニューロンと名付けられたそう。例えば、あくびがうつたり、笑っている人を見ると自分まで笑顔になったり。ヒーロー映画を見ると、自分が強くなった気がしたり、もらい泣きしたり、料理番組を見ると、急にお腹がすいてきたり、誰かがトイレに立つと、自分まで行きたくなくなったり。あなたは、そんなこと、ありませんか？

相手に思いやりの気持ちを向けると、相手もこちらの気持ちにシンクロ（同調）します。相手が「ありがとう」と言ってくれたら自分も「こちらこそありがとう」という気持ちが出て来る。そうさせるのがミラーニューロンです。

佐賀県立佐賀北高校は勉強に熱心な県立高校で、野球部のチームも全国から野球エリートをかき集めて作ったわけではありません。その佐賀北高校、試合中に相手チームを褒めるのです。例えば、相手チームがカーンとヒットを打ったとします。すると、佐賀北の一塁手は、塁に立った相手走者に言うんです。「ナイスバッティング」、二塁を打った相手には、二塁手が「素晴らしいですね」と褒めます。一方、打撃に入ると三振をとられると、相手のピッチャーに「ナイスピッチング」と声を掛けます。普通は、こんな事は絶対ないでしょう。結局、佐賀北高校は一度も負けず、甲子園で優勝しました。そして、対戦し敗れたチームはみんな佐賀北のファンになってしまうんです。勝つたびに佐賀北は多くの応援団をつけ、県立高校としては11年振りの甲子園全国優勝を果たしました。

この話はミラー細胞の話と合致します。たくさんの人から応援されていると思うと、なおのことパワーが出ます。それがまた佐賀北を後ろから押し上げていきました。いわば、プラスの相乗効果でした。人との関係は、まず相手を尊敬し、受け入れることから始まります。ミラーニューロンの原則からいくと、相手の行動を見ると、まるで自分が行動を行っているかのような気持ちを引き起こします。

ということは、自分が行動を起こすと、相手はその行動をしている気持ちを感じ、行動が変化します。相手に変わってほしい。もっとこうしてほしい。で、あればまずは自分から。プレゼントをあげると、プレゼントが返ってきます。おすそわけすると、おすそわけが返ってきます。自分がしてもらって嬉しい事を他の人に見せましょう。



名言集

**一生懸命だと知恵が出る。
中途半端だと愚痴が出る。
いい加減だと言いつけが出る
(武田信玄)**

試合に負けたとき、「もし、自分にも責任があったとしたら何ができただろう？」

「自分にできることは何があったかな？」
そう考えることができる選手は、チームメイトのミスを自分の力にすることができません。失敗を責めるのではなく、失敗から学ぶことができます。

もし自分にも100パーセントの責任があったとしたら・・・？
と、問いかけると、また違うアイデアや改善策が生まれます。
失敗を1人の責任で終わらせず、チームの力に変えましょう。

**「やれることはすべてやる」
それを毎日継続して行うのは、
一番苦しいことであり、とても大変なことである。でもそれさえちゃんとしていれば、結果が出てない時でも後悔せずに満足できる。(イチロー)**