

## 現状打破!!

内海府中学校長 和田 大二

「今、頑張らなければいけないけど、やる気が出ない。」こんなことって、よくありますよね。物事の行き詰まりを感じる時、そこをどう乗り越えるかについて考えてみたいと思います。

成績や進路に悩みつつも将来の夢を自分なりに抱き、分からないことをもっと知りたいという意欲を持ち、スポーツや芸術など多様な趣味に打ち込む姿が理想の子ども像です。でも、頭では分かっているけど、からだや心が空回りして全然動かない状態があります。その時の心理状態として次の3つのパターンが考えられます。

- (1) いつものように、最終的には何とかなるだろう。
- (2) 頑張っても、意味があるのだろうか。
- (3) 自分が決めたことなのにできないなんて情けない。

(1) のパターンは楽天的のようですが、切羽詰まってから瞬発的な力を発揮するタイプで、心理的エネルギーをかなり消耗します。(2) はあれこれ理由を付けて悩むタイプで、心理的義務感だけで行動することが多く、成就感が得られません。(3) は自分との約束を守れないことから無力感や劣等感に支配されて、自分はダメだと思いつつ、生きていて楽しくありません。



では、どのようにこの心理状態を打破するのか・・・?。結論は意外と単純です。やる気(モチベーション)を感じる時の心理状態とは、自立と依存のバランスがとれた状態なのです。

【自立】自分には価値があり、人に与えられるものがある。

【依存】誰かに愛され、受け入れられている。

この2つの心理状態を手に入れることによって、心の強<sup>きょうじん</sup>韌化が図られますが、そのためには訓練が必要です。

### 心の強<sup>きょうじん</sup>韌化策

《その1》自分を支えてくれる周りの人に目を向ける。

- ・感謝する「おかげさま」という心をもつ。
- ・「ありがとう」という言葉を発することで、自分自身を前向きにさせる。

《その2》自分自身や今の自分を取り巻く環境を肯定的に捉える。

- ・自分を好きになる。 ・他人と比較しない。
- ・結果よりも、そこにいたるまでの努力にこそ価値があると気付く。

現状打破の礎は、自己肯定感にあります。「あなたは、あなたであり素晴らしい」この想いが原動力となり、生きる喜びが沸き、目に輝きがよく見えることを期待します。

# 内海府小・中学校総合防災計画を紹介します

東日本大震災から3年が過ぎました。今年も全国で様々な災害が発生しました。災害はいつ起こるか分かりませんが、災害に備えた対策は常に心しておかなければなりません。内海府小中学校は地域で災害が発生した場合の避難所にもなっています。そこで、内海府小中学校の防災計画を地域の方にも知ってもらいたいと考え、一部（ページ数が多いため抜粋になります）を紹介します。

## I 目 的

「新潟県地域防災計画」及び「佐渡市地域防災計画」に基づき、地震、風水害等の様々な災害に対する佐渡市立内海府小学校・内海府中学校の防災対策を強化して、児童生徒の生命・身体の安全の確保並びに校舎等施設設備の安全を図る。

## II 佐渡市立内海府小学校・内海府中学校の環境等

### 1 校舎・校地の危険度

#### (1) 校舎の危険度

当校の校舎は、平成24年4月に竣工した鉄筋3階建て（一部2階）校舎と昭和59年に建てられた鉄筋コンクリートの体育館からなっている。

大規模地震発生時でも、校舎は耐震構造であり、崩壊・倒壊の危険は少ないものと想定している。（**体育館：海拔48m**）

#### (2) 校地の危険度

校舎西側の山の斜面は、大規模地震等の発生により、崩落の危険性がある。

### 2 学区の危険度

#### (1) 地質・地形の概観と危険度

当校の学区は、佐渡島大佐渡山地の北端に位置している。地質構造は、新生代第三紀頃の激しい火山活動が起きていた時代にできた火山岩や堆積岩からなり、地盤は軟弱である。

学区を縦貫する佐渡一周線は、両津方面と相川方面を結ぶ唯一の道路である。海岸沿いに走るこの道路は、悪天候による影響を受けやすい。そのため、落石、道路決壊、高波等で通行止めになることが年に1～2回あり、集落が孤立する恐れもある。

#### (2) 通学路の危険度

登下校時に大規模地震等の災害が発生した場合、住宅の倒壊や落石・土砂崩れ、高波・津波等による道路寸断が予想される。特に、次の地点における安全確保は、大きな課題である。

- ・ 学校周辺・・・隣接建物の倒壊、落下物による危険、旧校舎付近の崩落
  - ・ 北鶴島の県道（切り通し）・・・落石、土砂崩れによる危険
- また、積雪期は、屋根からの落雪、雪崩等の危険が加わる。

## V 風水害応急対策

### 1 風水害の際の業務の流れ

準備情報発表前

授業実施・中断等の判断と連絡

準備情報発表

児童生徒の下校又は保護継続

避難指示

避難所開設・運営協力

被害発生中

避難児童生徒の安全確保等

被災状況の把握と報告

～3h

保護者への安否情報の提供

施設応急処置等

～1日

授業実施の判断・連絡

学校再開の時期の判断・準備等

～3日

児童生徒の生活状況の把握及び心のケア

学用品等の手配

### 2 学校における業務の内容

#### (1) 授業実施・中断等の判断と連絡

##### ア 気象情報等により風水害等の災害発生が予測される場合の措置

校長は、臨時休業や授業短縮による一斉下校の措置をとり、児童生徒が家庭で保護者と一緒にいられるよう配慮する。

臨時休業を決めた場合（児童生徒が自宅にいる時間帯）には、速やかに電話連絡網で保護者に連絡する。

一斉下校を決めた場合（児童生徒が在校している時間帯）には、速やかにあらかじめ打ち合わせていた方法で保護者に連絡する。

#### (2) 児童生徒の下校又は保護継続

#### (3) 避難所開設・運営協力（「IV 地震応急対策」に同じ。）

#### (4) 避難児童生徒の安全確保等

何らかの事情によって保護者に引き渡せなかった児童生徒については、安全に帰宅させられる状態になるまで、原則として学校の施設内で保護する。

～略～

### 3 教職員の参集、退勤等

#### (1) 勤務時間外に風水害が発生した場合

ア 被害が発生している最中には、自宅等で待機している。

イ 風水害が一応収まり、登校できる状態になったときは、校長の指示を受けた職員は直ちに登校し、手分けして次の対応を行う。

(ア) 被災状況の把握と報告 (イ) 施設応急処置等 (ウ) 授業実施の判断・連絡

#### (2) 勤務中に風水害が発生し、又は発生するおそれのある場合

一斉下校を開始する。対応する教職員の人数を減らせる状況になったときは、遠距離通勤者等の安全な帰宅に配慮し、休暇取得等を認めるものとする。

## 地域との絆を深めた「もちつき大会」

11月16日（日曜日）のもちつき大会には、大勢の地域の方からご参加いただき充実した交流ができました。大変ありがとうございました。



## 12月の行事予定

日	曜	学校行事・PTA関係等	小学校	中学校
1	月	安全点検 歯ッピー週間（8日まで）		ALT
2	火		外国語25・英語：低⑦	
3	水		Web診断テスト本の 読み聞かせクラブ⑩	
4	木	人権教育強調週間		web国語
5	金		Web診断テスト	web数学 スクールカウンセラー来校
6	土			
7	日	寒ぶり大漁まつり	午後授業	
8	月	振替週休日		
9	火			web英語 ALT
10	水		委員会⑬	
11	木	web報告 スピーチ朝会		
12	金	学習発表会 保護者会		
13	土			県新人卓球大会出発
14	日			県新人卓球大会（小千谷）
15	月	PTA主催 「佐渡の民話を聞く会」		ALT
16	火		外国語27	漢字テスト
17	水			計算テスト 専門委員会⑧
18	木			英単語テスト
19	金			確認テスト1～3年
20	土			
21	日			
22	月		午後放課	ALT
23	火	天皇誕生日		
24	水	2学期終業式		
25	木	冬季休業		部活動 3年学習会
26	金			部活動 3年学習会
27	土			
28	日			
29	月	年末休業		
30	火	年末休業		
31	火	年末休業		