

Take your time
自分の時間を生きて
人と自分を大事にし
一歩ずつ前へ進む

帯山中

progress

おびぶろ

不定期発行

文責
熊本市立帯山中学校
教頭(公認心理師) 田中慎一郎
tanaka.shinichiro@
city.kumamoto.lg.jp



ファーストペンギンは かっこいい

ペンギンにとって氷の上であれば、海の中にいる天敵のアザラシやシャチから食べられることはありません。しかし、海に入らなければ、餌を取ることが出来ません。親鳥であれば雛に餌を与えることもあきらめなければなりません。群れの中で最初に海に飛び込むペンギンのことをファーストペンギンと呼びます。先頭の一羽が海に入った途端、次々と後ろのペンギンが海に飛び込む映像を見たことがあるでしょう。天敵がいる海に最初に飛び込むのは勇気がいるでしょう。ファーストペンギンとは、そうした

人をたたえる言葉として用います。実は、これには諸説あるのですが、事実として言えることは、最初に飛び込むペンギンがいるからこそ、群れは海に続けて入るのです。

新型コロナもインフルエンザと同じく5類に引き下げられます。これに伴いマスクも着用義務が無くなりました。ところが、なかなか外せずに困っている人も多いと聞きました。「マスクを外している人は顔に自信がある人だ。」そういった声も耳にしました。自分たちの生活を自分たちで狭めて苦しめる発言だと思います。周囲の人がどう思っても、外したければ外せ

ば良いのです。

制服についても同じです。1年生は新制服になりましたので、いろいろ自由に選択出来るようになりました。2、3年生は、ブレザーではないので、どうしても男子はズボンで女子がスカートと考えてしまいがちですが、その考えは間違っています。帯中の先生でもスカートをはいていない人もたくさんいます。性自認とかそういうことではなく、女性もズボンを当たり前にはきたいと思うだろうし、女性だからスカートを強要するのはセクハラの観点からもおかしいことです。

マスクのことも制服の

ことも、周囲の目が気になりどうしても周りに合わせがちですが、大切なのは自分の気持ちです。ファーストペンギンは勇気が必要ですが、あとに続いてみんなが海に入ってしまった時には、最初に誰が飛び込んだなんて、誰も気にしなくなっています。ファーストペンギンのように、最初に踏み出す存在は必ずどこの世界にも必要です。

帯山中で取り組んでいる「帯中はうす」やその他の取組だって同じです。そういうことをしている学校は日本のどこにもありません。しかし、帯山中には必要な取組です。周囲がどう見るのかではなく、自分がどうしたいのかを大事にしてほしいと願います。ファーストペンギンはかっこいい。私もそれになりたいです。

ぼちぼちいこう

little by little



春になったから眠いのかなと数日過ごしていたのですが、眠気の原因は鼻炎の薬のせいであったと最近気づいた田中です。みなさんは寝ぼけることってありますか？私は激しく寝ぼけるのです…小さい頃なんか休みの日に飛び起きてパジャマでランドセルからって学校へ行こうとしたこともありました。しかし、私も大人になりました。最近ではそういうこともなく、普通の生活が送れています(笑) ▼とってたのですが、先日事件が起きました(・_・;) 寝落ちしてしまって、夜中飛び起きてお風呂に入りました。我が家にはルールがあり、寝てしまったからといって朝に風呂に入ることは、浴室にカビが生えるという理由で禁止になっています(T_T)だから、どんなに眠くても決死の覚悟で入らなければなりません。慣れたものでその生活が何年も続くと体が自然に覚えて、飛び起きて自動的に風呂に入るようになります。その日もいつものように風呂に入って、再び眠りにつきました。▼ところがです！途中、目が覚めたら体からなんかいい匂いがするのです。髪もいつもよりなんだかゴワゴワしています。まっいいか^^って思って眠ったのですが、朝浴室を確認してびっくりです！体を洗う場所の真ん中に犬用シャンプーがあるではありませんか(;´Д`)うちの犬用シャンプーは泡が出るタイプでいい感じなのですが、きつと寝ぼけた私はその泡で体を洗いたくなったのでしょうか。私にノミはいませんが、しっかりノミ取りまでできちゃったみたいです。▼いやぁ習慣って怖いですね。あっ犬用シャンプーを使う習慣ではなくて、飛び起きて風呂に入る習慣です。習慣の中で行う行動は、無意識のうちにしてしまっていることがあります。新年度を機会に、自分の習慣を見直すことも大切かもしれませんね(笑)