



No. 2
令和7年5月27日発行
能登町立能都中学校
学 校 便 り

幸せを感じるとき

校長 小原 正義

「みなさんはどんな時に幸せを感じますか？」私は好きなもの、おいしいものを食べているときやお風呂やサウナに入ったとき、自分の目標が達成されたとき等に幸せを感じます。

人それぞれ幸せの感じる時は違うと思いますが、一生に一度の人生ですからより幸せに生きていきたいですね。

「ウェルビーイング」という言葉を聞いたことがありますか。心理学用語で、「幸福」という意味だそうです。ウェルビーイングな人生、幸せな人になるには3つのポイントがあるそうです。それを紹介します。

- ① 肯定的な感情を持つ 特に感謝をたくさん見つけている人
- ② 自分にとって大切なことがわかっている 夢中になって達成を重ねている人
- ③ 豊かな人間関係を築いている 損得感情のない人間関係は大切

逆に幸せになれない4つの原因もあるそうです。

- ① ネガティブに注目してしまう
- ② ないもの・ないことにフォーカスをあててしまう
- ③ 人と比べて出来ないことを見つけてしまう
- ④ 自分を責めすぎてしまう

以上のように物の見方・考え方一つで、全然違ってくるといことです。自分の人生を少しでもウェルビーイングなものにしていきたいですね。先日、教育長の講話を聴く機会がありました。ちょうどウェルビーイングの話がありました。その中で、幸せを感じる時を、簡単な言葉で表しておいでました。それは、「ウキウキ」「ワクワク」「ハツラツ」の感情なんだそうです。日々の生活の中で「ウキウキ」「ワクワク」「ハツラツ」が増えていくように頑張っていきましょう。



安否確認フォーム返信のお願い

5月3日に、「tetoru」にて、緊急時における安否確認のためのテスト配信を行いました。

本校では、地震等の災害発生時における生徒の安否を、迅速かつ確実に確認するために、安否確認システムを導入しております。新年度、テスト配信を行うことで、システムが確実に作動しているか、保護者の皆様がメールを確実に受信できているかを確認することができます。返信がお済みではない方は、3日のメールに添付されている URL のフォームよりご返信をお願いいたします。

ご返信の際には、お子様の学年と、出席番号の入力が必要になります。災害発生時に、お子様方の安全を迅速に確認するための重要な取組となります。ご理解とご協力をお願いいたします。

※能登町で震度4以上の地震の際は、安否確認メールを送信いたします。ご自身やお子様の安全が確認できましたら、フォーム内容に従って速やかにご返信をお願いいたします。

※ご自身の携帯が使えない場合は、他の保護者の方の携帯電話など、連絡可能な手段で、メールの返信フォームにご入力いただくか、学校までご連絡をお願いいたします。

4月25日（金）伴旗制作（3年）

5月2日、3日に行われた伴旗祭り。
祭りに先立って、3年生は伴旗制作のお
手伝いに旧小木中学校に行ってきました。

最後に棒に取り付ける「輪っか」を
付けて伴旗の完成です。



5月1日（木）授業参観・PTA 総会

1年生は中学校での初めての授業参観です。

1組、2組どちらのクラスも友達と積極的に関わ
っていました。



5月7日（水）生徒集会

各学級で話し合って決
めた、学級目標を集会で
発表しました。クラスの
目標に込められた思いな
どは、ご家庭で聞いてみ
てくださいね。



各クラスの学級目標

1年1組 ガッツ！ひとつ！～Bright クラス～
1年2組 きなこもち
2年1組
えがお いっぱい げんき いっぱい 幸せいっぱい
3年1組
勝 破 笑 美 戦 37人で夢かなえんけ？
きらめき
感謝・優しさ・挑戦 のあるクラスにしよう！！
ひまわり 礼儀・元気・やる気

5月7日（水）いじめ防止教室

珠洲警察の方から、いじめについてのお話をしてい
ただきました。相手が嫌だと感じることをしたり、
言ったりすることは、いじめにつながります。能都中
生のみなさんには、自分のことと同じくらい相手のこ
とも思いやって
学校生活を送っ
たいと思います。



行事予定

【5月】

28日（水）中間テスト、生徒会委員会

29日（木）中間テスト

30日（金）英語検定

【6月】

1日（日）能登吹連野外演奏会（ラポルトすず）

4日（水）生徒集会

5日（木）内科・結核・運動器検診（2年）

6日（金）薬物乱用防止教室（3年・3限）

眼科検診（1年）

12日（木）内科・結核・運動器検診（3年）

16日（月）衣替え完全実施

金沢大学附属中と3年生のコラボイベント（音楽）

18日（水）激励会（5限）・職員会議

21日（土）能登地区大会

（野球・バスケ・バレー・バドミントン・テニス）

つくモール演奏会

22日（日）能登地区大会

（野球・バスケ・バレー・バドミントン・テニス）

23日（月）能登地区大会

（野球・テニス予備日）

24日（火）避難訓練（不審者対応）・防犯教室

25日（水）生徒会委員会

28日（土）県大会（陸上）

29日（日）県大会（陸上）

【7月】

1日（火）期末テスト

2日（水）期末テスト

3日（木）期末テスト・非行被害防止講座

18日（金）終業式

19日（土）石川県吹奏楽コンクール（金沢歌劇座）

22日（火）通知表渡し・三者面談

23日（水）通知表渡し・三者面談

※予定は変更する場合があります。