



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とき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よね。

「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うことです。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、教育長の講話を聞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、幸せを感じるときを、簡単な言葉で表しておいてました。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」が増えし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ていきます。



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・バトミントン・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・バトミントン・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。