



令和7年5月1日(水)発行

# 生活指導便り 5月号

渋谷区立広尾中学校 生徒部

## 5月の生活目標

### 丁寧な言葉遣いをしよう

広尾中では月ごとに生活目標を掲げています。生徒も教職員も全員が同じ目標に向かっていくことで、広尾中の集団の力を高めていきます。今月は「丁寧な言葉遣いをしよう」です。当たり前のようですが、なぜ丁寧な言葉遣いが必要なのかを考えたいと思います。

### 丁寧な言葉遣いは、社会で必要な力の一つ。

社会に出る際、身に付けておきたい力の一つに丁寧な言葉遣いがあります。特に、敬語は欠かせない言葉です。なぜ丁寧な言葉遣いが必要なのかと言えば、年齢や役職、立場など様々な人と関わることがあるからです。初対面の方と話をする機会も多いです。そうしたときに、失礼な言葉や馴れ馴れしい話し方では良くありません。中学生の頃から丁寧な言葉遣いができるように意識して生活をしてみましょう。

さて、丁寧な言葉遣いには、どのような効果があるか調べてみました。

#### (1) 相手への敬意を表現する

丁寧な言葉遣いには、相手に対する「敬意」を表す働きがあります。「先生や先輩の地位や能力への敬意」、「恩恵を与えてくださる方への敬意」、「人として尊敬している人物への敬意」などを表現することができます。また、丁寧な言葉遣いをすることで相手に与える印象が良くなり、自分自身の見られ方も変わります。

#### (2) 良い人間関係をつくる

丁寧な言葉を使って相手への気配りを表現することで、コミュニケーションが円滑になり、より良い人間関係を構築していく働きがあります。また、敬語には言葉に「丸み」を付ける働きもあると言われています。

今月は、1・2年生は校外学習、3年生は修学旅行が予定されています。また、本日からマイプロも始まり、特定の友達同士だけではなく、同じ班やクラス、他学年など多くの人たちと関わる機会が増えます。そんなときに大切になるのが、丁寧な言葉遣いです。多くの人との関わりが増えると、自分の考えと相手の考えが異なることもありますが、そんな時こそ相手を敬う気持ちをもって話し合いをしてみましょう。

他にも授業の時の挨拶なども丁寧な言葉遣いをする機会の一つです。簡単なことから始めて、丁寧な言葉遣いを心がけて生活しましょう。そして、尊敬の気持ちや感謝の気持ちを言葉で伝えられるようになりましょう。



# ゴールデンウィークの過ごし方

新学年、新学期を迎えて1か月が過ぎようとしています。授業、委員会や係活動、部活動など様々な活動が軌道に乗り始め、新しいクラスでの生活にも慣れてきた様子が伺えます。しかし、この時期は慣れと同時に緊張もほぐれてくる頃です。また、ここまでの緊張から疲れも出てくる頃でもあります。

明日からゴールデンウィークが始まります。4月の疲れを取り、ゴールデンウィーク以降も元気に登校できるようにしましょう。有意義なゴールデンウィークを過ごすためにも、以下の点に注意してください。

## 1 規則正しい生活を心がけよう！

ゴールデンウィーク明けも元気に学校生活を送るためには、休み中の生活がとても大切です。早寝早起き、バランスのとれた食事、適度な運動を心がけて過ごしましょう。昼夜逆転や暴飲暴食などに注意しましょう。5月には、校外での活動がどの学年もあり、5月の後半からは運動会練習が本格的に始まります。心と体を整えて、これらの行事に取り組めるようにしましょう。

## 2 計画的に家庭学習に取り組もう！

連休を利用して余暇を楽しむことも大切ですが、学習をおろそかにせず、家庭学習にもしっかりと取り組みましょう。中学校生活では、家庭学習の習慣を身に付けて、自分で学習を計画的に進める力が大切になります。学習に取り組む時間や量を決めて家庭学習を進めましょう。

## 3 インターネットの利用に注意！

スマートフォン、携帯電話に関するトラブルが多くあることは知っていると思いますが、改めて正しい使い方を確認し、トラブルに遭わないようにしましょう。

- ①有害なサイト(アダルトサイト・暴力残像画像・薬物に関する情報等)を閲覧しない。
- ②知らないアドレスから来たメールには返信しない。覚えのない利用請求には応じない。
- ③インターネット等で知り合った人とは会わない。
- ④SNS 等に悪口や噂話などを書き込むことは、対人トラブルの原因となるため、絶対にしない。
- ⑤インターネット等を通じた対人トラブルで困ったときは、大人に相談したり、「こたエール」等の相談窓口を活用したりする。
- ⑥「SNS 広尾中ルール」を確認し、正しい使い方を心がける。



## 4 交通ルールを守ろう！

交通ルールを守り、事故やケガのないようにしましょう。特に、中学生は自転車乗用中の事故が最も多いです。スピードの出し過ぎや注意散漫による事故に気を付けてください。交通事故の被害者にも加害者にもならないために、交通ルールを守って、自分の命も他の人の命も守りましょう。

## 5 不審者に気を付ける！

外出の際は、不審者に対して十分気を付けましょう。不審者に出会ったら、近くの大人に助けを求めたり、商店にかけ込んだりして、まずは自分自身の安全の確保をはかってください。もし、被害に遭ったときはすぐに110番通報をしてください。なお、その後に、学校への連絡もお願いします。

※ゴールデンウィーク中は、学校に連絡をしても応答メッセージが流れます。生命などに関わる重大事態(交通事故、重大犯罪被害等)が発生し、緊急を要する時は、渋谷区コールセンター(電話 03-3463-1211)まで御連絡をお願いします。