

# 生徒指導だより

ゆたかな心 じょうぶな体 あふれる知性

平成30年5月7日 第3号

土浦市立土浦第六中学校 生徒指導部



5月の完全下校時刻 18:30

## 一日一善(いちにちいちぜん) のすすめ

ありがとう!

みなさんは「一日一善」という言葉を聞いたことがありますか？

この言葉は「1日にひとつは、誰かのためによいことをしましょう」という意味です。大きなことをする必要はありません。汚れている場所をちょこっと掃除してあげる、友達に手を貸してあげるなど、すぐにできる「善」は身のまわりにたくさんあります。

では、一日一善をすることには、どんな効果があるのでしょうか。

誰かのために何かをしたとき「ありがとう」という言葉が生まれます。「ありがとう」は言った人も言われた人も幸せになれる、魔法の言葉です。一日一善を心がける人が増えれば増えるほど、それだけたくさんの「ありがとう」が生まれるわけです。

六中も、「ありがとう」があふれ、誰もが幸せに過ごせる学校になるといいですね。  
みなさん、ぜひ「一日一善」を心がけてみてください!!



### 【実践のためのアドバイス】

- ① 一日一善は、誰も見ていない所でやっても、もちろんOKです！ありがとうの言葉は返ってこなくても、「よいことをした」という事実は、その人の心を必ず豊かにします。
- ② 誰かがしてくれた「よいこと」に気づく目も持ちましょう。気づいたら「ありがとう」としっかり言うことも大切です。
- ③ せっかくよいことをしても、その逆のことをしてしまっただけでは意味がありません。何がよいことで何が悪いことなのか、しっかり考えながら生活していきましょう。

## 心の不調には・・・

学校には心の教育相談員(田上公恵先生)やスクールカウンセラー(村上めぐみ先生)が勤務しています。心の教室相談員は、みなさんの生活上の身近な悩みや不安に対する相談に乗ってくれます。一方でスクールカウンセラーは保護者の方の相談等も対象としています。専門的なカウンセリングも可能なので、何かあれば担任を通して、または、直接学校まで希望を申し出てください。

【心の教室相談員】：毎週月曜日と火曜日

【スクールカウンセラー】：隔週の木曜日 に勤務  
今後は5/24, 6/7, 6/21, 7/5, 7/19 の予定です。

## 😊うれしいお知らせ

先日、近隣に住む方から電話をいただきました。内容は「下校中の六中生が、転んでしまった年配の方にかけより、手を差しのべていた」というもの。その優しさと行動力は素晴らしいです。転んでしまった年配の方も、それを見て学校に電話をしてくださった方も、きっと心温かくなったことでしょう。六中地区がそんな温かい光景であふれたら、うれしいですね☆