



教育目標

豊かな心 たくましい実践

亀中だより

新潟市立亀田中学校
令和7年7月23日
第4号

人間関係づくりのヒント

校長

祝 貴浩

「ヤマアラシのジレンマ」という寓話を知っていますか。
ある冬の寒い日に、2匹のヤマアラシが暖を取ろうとして体を寄せ合いましたが、トゲだらけのためお互いの体を傷つけ合っています。そのため離れてみますが、今度は寒くて耐えられません。何度も近づいたり離れたりしながら、ようやくお互いを傷つけることなく暖をとれる適度な距離を見つけ出すという話です。



この話は、私たちに人間関係づくりについてのヒントを与えてくれます。皆さんの中には、友達との関係、あるいは家族との関係でも、ヤマアラシのジレンマにとらわれ、悩んでいる人がいるのではないのでしょうか。親しい相手だからこそ、踏み込んだことを言ったり、言われたりして、相手を傷つけてしまったり、自分が傷ついてしまったりすることがあります。逆に距離を取りすぎると孤立してしまいます。ヤマアラシたちは、適度な距離を保ちながらも、お互いの温もりを感じようとしています。

人間関係づくりにおいては、まず、他者に対する「思いやり」が基本です。思いやりは、相手の気持ちや立場を理解し、配慮することです。自分の気持ちばかりを優先するのではなく、相手の気持ちを尊重することが大切です。例えば、相手が少し不安そうにしていたら、そっと声をかけ、支えになれるような心構えが大切です。そばにいてだけで十分の時もあります。思いやりをもって接することで、関係はより温かく、傷つけ合うことなく続けることができます。

また、他者との距離感をどのように保つかも重要です。友人や同僚、家族など、さまざまな関係性がありますが、それぞれに適した距離があります。あまりにも距離が近すぎると、逆に窮屈に感じてしまうこともありますし、逆に距離を取りすぎてしまうと、相手に対して冷たく感じられることもあります。ヤマアラシが互いに刺さないように気を使いながらも、温もりを感じ取ろうとするように、私たちも相手との適度な距離を意識しながら関係を築くことが重要です。

最後に、コミュニケーションを大切にすることです。言葉だけではなく、態度や表情、ちょっとした気配りが相手に伝わります。自分の気持ちを正直に伝え、相手の気持ちにも耳を傾けることで、より良い関係を築くことができます。

「ヤマアラシのジレンマ」を通じて、人間関係における思いやりや距離感、コミュニケーションの大切さを改めて感じるができるでしょう。私たちが日々の生活の中で、相手を思いやり、適切な距離感を保ちながら良い関係を築いていけるように心がけたいものです。

令和7年度がスタートし4か月が過ぎようとしています。皆さんの学年、学級の居心地はいかがですか。学級の中で暗い表情をしている人はいませんか。一日の中で大半を占める学校や教室は、誰にとっても「心理的に安全な空間」でなければなりません。「心理的に安全な空間」とは、皆さんが不安を感じたり友達から嘲笑されたりすることなく、自由に自分の思いや考え、時には自分の悩みを口に出せる場のことです。こうした開かれた居場所としての学校や教室ができるように一人一人が自分の行動や言動を見直していければ、温かい人間関係を創っていくことができるのではないのでしょうか。

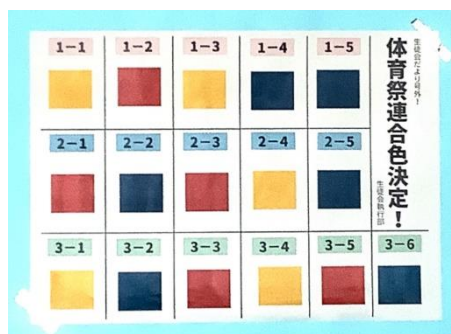
さて、いよいよ夏休みです。しっかりと心も体もリフレッシュし、充実した生活を！

全員の明るい笑顔が飛び交う、亀田中学校にしていきましょう。

体育祭連合分け&スローガン 決定！

9月12日（金）に行われる体育祭の連合ならびにスローガンが左記のように決定いたしました。

応援やフラッグ、学年種目など、暑いなか、活動が本格的に始まっています。体調に気を付けて、各連合勝利を目指して、最高の体育祭をつくりあげていきましょう！



各種大会の結果

競技	結果
陸上競技	新潟県通信陸上競技大会(7/4~5)
	長谷川奈央 女子 800M 9位
	長谷川奈央 女子 1500M 5位
	齋藤 奏向 男子 1500M 14位
	齋藤 奏向 男子 3000M 26位
	大瀬 愛桜 1年女子 100M 15位
	男子共通 4×100M リレー 予選 27位 (荒井 優羽・長谷川 稜一・松澤 稚・立澤 治暉)
以下すべて 新潟県中学校総合体育大会(7/12~14・19~21)	
	長谷川奈央 女子 800M 10位
	長谷川奈央 女子 1500M 13位
	齋藤 奏向 男子 3000M 38位
バスケットボール 男子	1回戦 亀田 40-79 Tsumari Azars
バドミントン	<団体> 2回戦 亀田 0-3 中野島 JBC
卓球 男子	<団体> 予選トーナメント 1回戦 亀田 1-4 小千谷
	<個人> 谷 航 1回戦惜敗 松本護也 3位 北信越大会へ
卓球 女子	<個人> 櫻井葉月 2回戦惜敗
	飯野妃花 6位 北信越大会へ
柔道	<女子団体> 亀田地区柔道連盟 3位
	<個人> 池乗海音 1位 全国大会・北信越大会へ
	川島雪羽 2位 北信越大会へ
	前田みちる 3位 北信越大会へ
水泳	枝並優太 男子 100M 背泳ぎ 4位
	枝並優太 男子 200M 背泳ぎ 6位
	4×100M リレー 7位 (アクシー亀田 枝並優太 細貝侑世)
	4×100M メドレーリレー 4位 (アクシー亀田 枝並優太 細貝侑世)
新体操	<団体> WASEDA CLUB RG 新潟 1位 北信越大会へ
	<個人総合> 佐藤こころ 13位
	有澤彩光 11位