



## 生徒会役員決定 全校生のアイデアで変える

役職	学年	氏名
会長	2年	亀山 詩來
副会長（男子）	2年	高瀬 嘉乃人
副会長（女子）	2年	吉田 芽生
2年役員		中田 成海
		河内 さくら
1年役員		小林 清流
		詫間 煌晟

10月12日（月）、生徒会役員立候補者立会演説会と投票が行われ、左の表のように生徒会役員が決まりました。

立会演説会では、立候補者と応援演説者が詫間中学校をさらによくしていくための決意を立派に語ってくれました。また、無効票が全く無かったこともすばらしかったと思います。

生徒会や委員会が中心になって取り組む学校行事は運動会や合唱コンクールなどです。また、アルミ缶回収や朝のあいさつ・草抜きなどのボランティア活動もあります。今年もがんばってくれていますが、今よりもさらによいものにしてい

きたい、より楽しいものにしていきたいと思いませんか？

前年度と同じことをするのも大切ですが、全校生一人一人がアイデアを出し合っ、詫中生の表情がより輝く学校行事にしていきたいと私は思っています。そのためには、ただ単に毎年しているから、先生が決めたからという理由とするのではなく、みなさんが、より楽しく・充実したものにするために「私たちは〇〇を変えたい。（新しく△△をしたい）そのために先生方に◇◇の協力、指導をお願いしたいのですが、どうでしょうか」と提案してほしいのです。先生の指示を待つのではなく、自分たちが何をしたいのか、それを実現するために何をしていくのかを考えてください。例えば、みなさんから「去年の運動会と〇〇を変えたいので、△△をしたいのですが、どうでしょうか」とか、「今年の合唱コンクールでは新しく〇〇をしてみたいので、全校生からボランティアを募りたいのですが、いいでしょうか」という提案を期待しています。

最後になりましたが、前生徒会役員のみなさは、詫間中学校のリーダーとして伝統を受け継ぎ、すばらしい活躍してくれました。また、選挙管理委員会のみなさんは、スムーズな選挙事務を行ってくれました。ありがとうございました。

## 90対10の公式

心理学には「90対10の公式」があるそうです。何か自分にとって嫌な出来事が起こったとします。当然、傷ついたり怒ったりするマイナスの感情が生まれます。その原因の90%は、自分自身が頭（心）の中で生み出したもの。今、実際に起こった出来事は10%しか影響していないというのです。例えば、もし誰かに悪口を言われたとします。当然、嫌な気持ちになります。この嫌な気持ち100%のうち、誰かに言われたことによって生じたものが10%で、残りの90%は、あなた自身の頭（心）が生み出したものだそうです。この90%は、過去の経験や、それにもとづく想像が大部分を占めています。つまり、自分で自分を苦しめたり、不愉快にしたりしていることになります。何か嫌なことが起こって、怒りや悲しみで心が一杯になってしまったとき、この公式を思い出してください。10%は自分ではどうしようもありませんが、90%は自分で変えることができるということを覚えておきましょう。

ちなみに、人間が他人の悪口を言うときは、言っている自分に、たいていは心に満たされない何かがあり、「もっと自分に関心をもってほしい」「もっと自分を大事に扱ってほしい」という、人の気を自分に引き寄せたいというメッセージだということです。

悪口の内容のほとんどは、悪口を言っている当人の、問題そのものを語っているにすぎないのだということになるのだそうです。

### 三観地区新人大会の記録

#### ソフトテニス（10月9・10日）

- 男子団体 予選リーグ敗退
- 個人 2回戦敗退
- 女子団体 予選リーグ敗退
- 個人 県大会出場 大平 莉世・武下 莉愛

#### 新体操（10月9日）

- 個人総合 B3位、クラブ2位、リボン3位 石井 美月