



## 夏休み終了!! 気持ちも新たに、学校が生活がスタートしました。

9月1日(金)、42日間の夏休みが終了し、新たな気持ちで学校生活がスタートしました。連日の猛暑の中、体調を崩した生徒がいないか心配していましたが、真っ黒に日焼けした顔で登校してくる生徒たちを見てホッとしました。また、本日から給食も開始されましたが、給食終了後、校長室のドア越しに「いやあ、給食たべすぎて苦しいわ!!」と言った女子の声が聞こえ、二中生のパワーを感じました。

さて、夏休みが始まる直前の全校集会で、校長から「あなたが大切にしている人は誰ですか」また、「あなたが大切にしているものは何ですか」と問いかけをし、大切にしている人や、大切にしているものがあれば、どんな困難にも、どんな誘惑にも勝つことができると話をしました。夏休み中、これと言った事件や事故もなく、9月1日を迎えられたことはとても喜ばしいことです。全校集会での話を生徒たちはそれなりに理解してくれたものと考えます。

学校は9月早々から行事が盛りだくさんです。3年生は9月12日(火)から14日(木)の2泊3日で修学旅行が実施されます。1年生は軽井沢でのイングリッシュ・キャンプ(1泊2日)と校外学習(都内巡り)、2年生は校外学習(鎌倉)と軽井沢でのスキー教室(2泊3日)、1組は修学旅行(3年生)、連合運動会、舞子高原(新潟県)でのスキー教室(2泊3日)が予定されています。そのような中で3年生は進路の選択のために、これまでの努力を継続してください。生徒の皆さんは夏休みの成果を糧に一人一人が最大限の努力を心がけましょう。先生方も皆さんと一緒に頑張ります。

## 9月1日は「防災の日」

9月1日は「防災の日」です。防災の日は1960年(昭和35年)、台風高潮や地震、津波といった自然災害について理解を深め、国民の意識を高める目的で制定されました。日付は、今から100年前の1923年(大正12年)の9月1日に発生した「関東大震災(昼11:58分発生、マグニチュード7.9、死者・行方不明者10万5,385人、37万棟の家屋が損壊)」が由来となっています。今年の夏休みは猛暑日が続き、世界的にも気候変動が見受けられ、様々な災害が発生しています。今日の防災の日を通じ災害に対する認識を高め、他者に依存せず自分の力で困難を乗り越える力を培っていきましょう。

## 9月10日から9月16日は「自殺予防週間です」

毎年この時期には自殺予防に関する啓発活動を行うこととなっています。厚生労働省によると、令和4年度の自殺者数は前年を上回り、特に小中高生の自殺者数が過去最多となるなど深刻な状態になっています。中野区においては大学生・専門学校生の自殺者数が増加しているとのこと。また、文部科学省の報告によると、子どもの自殺は、他の世代に比べて遺書が残されていないことが多いために、原因が特定されない場合が少なくありません。また、大人には信じられないような些細なきっかけで自らの命を絶つこともあります。自殺の引き金となる「直接のきっかけ」が原因として捉えられがちですが、自殺を理解するためには複雑な要因が様々な重なった「準備状態」に目を向けることが大切です。自殺の準備状態が長期にわたり、要因が複雑であればあるほど、一見ごく些細なきっかけで、自殺が突然起こったように思えることがあります。以下に、自殺に向かう子どもの傾向をあげておきますのでご一読ください。

### 《自殺に追いつめられる子どもの心理》

- (1) ひどい孤立感：「誰も助けてくれない」としか思えない心理状態に陥り、頑なに自分の殻に閉じこもる
- (2) 無価値感：「自分なんかいない方がいい」などといった考えがぬぐいきれなくなる
- (3) 強い怒り：自殺の前段階として強い怒りを他者や社会にぶつける
- (4) 苦しみが永遠に続くという思い込み：絶望的
- (5) 心理的視野狭窄：自殺以外の解決方法が全く思い浮かばなくなる心理状態

### 《どのような子どもに自殺の危険が迫っているか》

- (1) 自殺未遂 (2) 心の病気 (3) 安心のもてない家庭環境
- (4) 独特の性格傾向(極端な完全主義、二者択一的思考、衝動性 など)
- (5) 喪失体験(離別、死別、失恋、病気、怪我、急激な学力低下、予想外の失敗 など)
- (6) 孤立感(特に友達とのあつれき、いじめ など)
- (7) 安全や健康を守れない傾向(事故や事件を繰り返す)

