

# 上中通信

令和6年度上湧別地区小中学校統一重点目標 「笑顔と学び合いのある学校」

学校だより5号

令和6年8月26日

発行：上湧別中学校

生徒の皆さんへ

## どう生きるかという「問い」

湧別町立上湧別中学校 校長 綾部 雅一

レコードやカセットテープで音楽を聴くのが当たり前だった頃、「未来の音楽はキラキラした円盤になり、次の時代には小さな一枚のカードに入るようになります」と予測した理科の先生がいました。

今の音楽は円盤でもカードでもなく、インターネット上にあふれる時代となりましたが、その先生の「先見の明」(せんけんのめい)には驚いた記憶があります。

時がゆったりと流れていた時代とは比べられないほど、もの凄いスピードで「新しいもの」が「古いもの」に変わるようになりました。時代の流れを速くした張本人は、「スマホ」です。

「スマホ」は全世界とつながる「携帯コンピュータ」です。それを一人一台持つなんていうことは、当時からすると「夢のまた夢」の話でしたし、想像したことすらありませんでした。

「スマホ」によるインターネットの普及は全世界を一変させました。情報が国や言葉、時間の壁を簡単にすり抜け、一瞬で広がるようになりました。時間をかけて本や資料などを探す必要はなく、キーワードさえ打ち込めば、世界中にある欲しい情報や物が手に入ります。情報のやり取りは蓄積され、自分にとって興味のある情報が優先的に表示されるなど、使えば使うほど便利になります。

蓄積されたデータにより近年、AI(人工知能)の性能が飛躍的に向上しました。AIは、「人間にしかできない」と考えられていた創造的な仕事を、人間と同等か、遥かに超える能力でこなすことができるようになりつつあります。簡単な言葉で命令すれば、素晴らしいデザインを人間が描くより速く生み出し、豊かな音楽を人間が作るより速く作曲します。天気の前想から株の取引に至るまで、様々なことが手の中で完結します。自分が望めば、「より速く」、「より簡単に」、「短い時間で」生活することができるようになったのです。個人の生活だけではなく、今では社会のあり方や経済、果ては戦争に至るまで、様々なところに大きな影響を与えているのがインターネットやAIの力です。

「夢のまた夢」と想像していた世界にも、やがて「それが当たり前」となる時代が訪れます。そして、あっという間に「古いもの」が変わっていきます。まるで「スパイラル」(螺旋:らせん)のようです。

新たな「夢」を想像するとワクワクしますが、その一方、移りゆく時代のスパイラルの中で私たち人間が「どう生きるか」ということも問われているような気がしてなりません。

日々の生活の中から「遅いこと」や「難しいこと」、「長いこと」、「無駄なこと」を排除し、効率的に生きることだけが本当に価値のある生き方なのか。得たことの代わりに失っていることはないか。ネットの正義は本当に正しいのか。AIの判断に間違いはないのか。時にはこのように「批判的思考」(クリティカル・シンキング)で物事を見つめ、生き方を考えることも必要ではないでしょうか。

「どう生きるか」は人生における永遠のテーマであり、答えのない「問い」です。この「問い」に真正面から向き合い、挑戦できる皆さんであり続けてほしいと願っています。

# 夏季休業までの上湧別中学校アルバム



AED 講習会



演劇講習会



ゆうべつ学フィールドワーク



2年生宿泊研修



1年生炊事遠足



3年生合同進路説明会

## 吹奏楽コンクール金賞

8月3日(土)にオホーツク管内吹奏楽コンクールが実施されました。結果は見事金賞!全道大会への切符は惜しくも逃してしまいましたが、素晴らしい演奏だったと思います。生徒・顧問ともに夏休みの暑い環境の中を一生懸命に追い込み練習していました。これからは11月に行われる定期演奏会に向けて準備を進めるそうです。これからも素晴らしい演奏をみんなに届けて下さい!





日	曜	学 校 行 事	生徒会	日課	給食	部活	バ ス
1	日	開校記念日					
2	月		役員選挙受付 ×切	6	○	○	15:40 / 18:24
3	火	3年生修学旅行 フッ化物洗口		5	○	○	14:30 / 18:24
4	水	3年生修学旅行		5	○	○	14:30 / 18:24
5	木	3年生修学旅行		5	○	○	14:30 / 18:24
6	金	3年生修学旅行		5	○	○	14:30 / 18:24
7	土	テニス新人戦					
8	日	テニス新人戦					
9	月	職員会議		5	○	×	14:30
10	火	フッ化物洗口 耳鼻咽喉科検診		6	○	○	15:40 / 18:24
11	水	3年生学力テスト（総合A）		6	○	○	15:40 / 18:24
12	木	3年職場体験学習		6	○	○	15:40 / 18:24
13	金	3年生湧別高校体験入学		6	○	○	15:40 / 18:24
14	土						
15	日						
16	月	敬老の日					
17	火	フッ化物洗口		5	○	×	14:30
18	水			6	○	○	15:40 / 18:24
19	木	3年生遠軽高校体験入学		6	○	○	15:40 / 18:24
20	金	中湧別神社祭	執行委員会	6	○	○	15:40 / 18:24
21	土	バスケU15～23日					
22	日	秋分の日 吹奏楽部産業祭演奏					
23	月	振替休日					
24	火	マラソン大会 部活中止		5	○	×	14:30
25	水	フッ化物洗口	生徒会選挙	6	○	○	15:40 / 18:24
26	木	マラソン大会予備日	各種委員会	5	○	○	14:30 / 15:40 / 18:24
27	金	前期終業式 部活中止、職員会議		5	○	×	14:30
28	土	学期間休業～30					
29	日	上湧別神社祭					
30	月						

生徒・保護者の皆さんへ

## 心のホットライン

### ～私って二重人格かな？～



教育相談をした時に、たまに「私、二重人格だと思  
うんです。」といった話を耳にすることがあります。  
ところが、よくよく話を聞いてみると、普段仲良く話  
している友だちに対してネガティブな感情（例えば  
テストで良い点を取っているのを羨ましいと思ったり  
早く走れるのを羨ましいと思うなど・・・）を持って



ることを、そう表現していたことが伺えました。しかし、こういった感情は人  
間なら誰しもがもつもの。だからこのような感情をいかに生かすかがポイント  
と言えます。例えば下記のような感じで考えてみてはどうでしょう。



テストでいい点とれて  
うらやましいなあ  
あ・・・よし次回は頑  
張って勉強するぞ！

テストでいい点とれて  
うらやましいなあ

この感情をないがしろ（気付か  
ないうちに）にすると、知らず  
知らずに友達にきつくあたって  
しまいます。

「二重人格」は心理学の専門用語では「解離性同一障害」と言います。ある  
個人の心の強さ以上の精神的苦痛を感じる出来事（虐待を受けたり、ひどい  
いじめを受けたり、大きな災害に見舞われたり）によって引き起こされます。

自分を守るために、無意識のうちに苦痛や感情を切り離しているうちに、  
もうひとつ（場合によっては複数）の人格が形成されてしまうのです。そして  
それが新たな苦痛を引き起こすこととなります。したがって、その苦痛の原  
因はひとりで抱え込まず、誰かと共有する必要があると言えます。

そういった意味でカウンセリングはとても有効です。  
みなさんも積極的にスクールカウンセリングを利用して  
下さいね！

