



# 自主汗学

じ しゅ かん がく

令和8年度 青山中学校  
学校だより No.1  
令和8年4月13日

新しい学年を迎えました。みなさんはどのような目標を立てましたか。高すぎる目標は心配ですが、4月をきっかけに新たな気持ちで取り組むことは大切です。この1年間様々な経験をする場面があると思いますが、うまく対応し、充実した日々をおくってほしいと思います。

## 「好かれる人の習慣1」

4月は新たな人との出会いのある時期です。そこで、人と上手に関わるためのヒントとして、ファイメンタルカラー研究所の藤本梨恵子さんの著書「なぜか好かれる人がやっている100の習慣」という本に掲載されている言葉を2回に分けていくつか紹介します。

- ・好かれる人はお願いごとの語尾を疑問形で話し、嫌われる人は命令形で話す
- ・好かれる人はどんな過酷な状況に身を置いても、まわりに染まることなくきれいな心もち続けることができる
- ・人間関係を変えたいと思ったとき、自分の内側を変える必要がある
- ・「内側＝心で思ったこと」は、必ず外側に現れる
- ・相手に影響を与えたいければ、まず自分がその模範となりなさい
- ・自分より立場の弱い人に強く出る人は、本当は自信のない人
- ・自慢する人の多くは心理的に承認欲求が強く、自分を認めてほしい人
- ・本当に自分を愛していなければ、人に愛を分けてあげられない

ここにいくつか紹介しましたが、意味を理解することが難しい言葉もあります。捉え方は人それぞれでもありますので、1つでも心がけて新しい出会いを大切にしてください。

人がこの世の中で生活していくためには、AIが発達しても家族や友人など人と関わることは不可欠です。人とコミュニケーションをとることが苦手な人もいるかもしれませんが、経験を通して成長していくこともできます。また、自分を支えてくれる人も生まれます。

## 5月の予定

3日(日)	祝 憲法記念日	
4日(月)	祝 みどりの日	
5日(火)	祝 こどもの日	
6日(水)	振替休日	
8日(金)	あいさつ運動	
12日(火)	Bダイヤ 委員会⑦	
13日(水)	修学旅行事前指導(3年)	
14日(木)~16日(土)	修学旅行(3年)	
18日(月)	代休(3年)	
25日(月)~29日(金)	Bダイヤ 体育祭優先週間	
25日(月)	委員会⑥	
27日(水)	野外活動前日指導	
28日(木)~30(土)	野外活動(1年) ※6月1日(月)代休(1年)	