



# 並木中等story

令和2年12月3日号

## 弱みを見せられるのは健康なこと！

今日は本校のSSH運営指導委員会委員長の筑波大学五十嵐沙千子先生から教えていただいた内容です。

皆さんは、自分の弱点を友達にさらけ出すことはできますか？私は中学高校の時はできなかったと思います。その当時は、周りの人に良く思われようと無理をしていました。そのため、いろいろ悩みもするし、疲れることもありました。今、思うと生きるのが下手だったと思います。当時の自分に語り掛けるとすると、「良く見せようとしても、周り



の人には無理していることが分かってしまうよ。」「良く見せようとする、反感を持たれることもあるよ。」ということでしょう。ありのままでいいのです。強みも弱みも見せて、ありのままで生活しているうちに、周りの人はあなたの良さを見つけて理解してくれます。

五十嵐先生から「弱みを周りに見せられると、力が抜け、心身共に健康になれる。」と教えていただき、皆さんの多くに伝えたいと思いました。

## 祝《第9回日本学校合奏コンクール 2020全国大会グランドコンテスト 銅賞》

Webの審査で実施された第9回日本学校合奏コンクール2020全国大会グランドコンテストで本校吹奏楽部と弦楽部の合同チームが銅賞を受賞しました。

おめでとうございます。

