



南越前町立  
南越前中学校  
minamiyechizen junior high school

# みらい



みな中 HP QRコード

学校だより No. 13  
令和5年11月6日

校訓 『立志 清心 躍動』



## ◆お子様のSNSの使い方大丈夫ですか？

1学期のPTA総会のときに、本校の生徒指導担当よりSNSの使い方に関してお話をさせていただきました。その話の中で、学校で対応が難しい事案については、警察と連携を取りながら対応をさせていただくように指導を受けているという内容についてもお伝えさせていただきました。



今回学校だよりで『重要なお知らせ』としてお伝えしたいのは、ご家庭におけるお子様のSNS等の使い方についてです。学校では今まで、全校集会や各学年各学級において、SNS等の使い方については幾度となく指導をしてきましたが、特に2学期になってから保護者の方から心配の声をお聞きすることが増えてきたように思います。LINEをはじめ、XやFacebook、Instagram、Tictokなど、子どもたちが日頃使っているSNSはどんどん広がっており、また大人の目が届きにくくなっているのも現実だと思います。YouTuber 顔負けの動画をアップできる中学生もいると聞いています。10月30日(月)の集会時にも、生徒指導担当より再度全生徒対象に話をさせていただきました。南越前中学校の子どもたちを守るという意味でも、今一度、各ご家庭においてお子様のSNSの使い方について、お話させていただきたいと思います。SNSはとても便利なものですので、みんなが気持ちよく楽しく使えるようになると思います。ご協力よろしくお願いたします。

### 使い方を間違えると…

- 肖像権の侵害
- プライバシー権の侵害
- 名誉きそん罪、侮辱罪

などの罪になる可能性があります。また、重大な事件(犯罪)に巻き込まれることもあります。

## ◆「あり、あり、なん、やっ！」って聞いたことありますか？

近頃「ウェルビーイング」という言葉をよく耳にするようになりました。本校の1学年の学年目標にもなっています。この「ウェルビーイング」というのは、古くは1946年WHOの健康の定義の中で使われており、最近ではOECDの国際報告書にも「児童生徒が幸福で充実した人生を送るために必要な心理的、認知的、社会的、身体的な機能と能力である」と定義されています。そして、この「ウェルビーイング」についての心理的研究が行われてきた結果、次のようなことが分かってきました。①幸せな人は視野が広い ②幸せな人は創造性が高い ③幸せな人は友だちが多い ④幸せな人は健康長寿などです。そして、さまざまな研究の結果、幸せの4つの因子が見つかりました。それは…◇やってみよう！因子(自己実現と成長の因子)



◇ありがとう！因子(つながりと感謝の因子)

◇なんとなかなる！因子(前向きと楽観の因子)

◇ありのままに！因子(人と自分を比べすぎない因子)

**やってみよう！** 因子  
自己実現と成長の因子  
• やりがい・主体性  
• 夢や目標・自己肯定感

**ありがとう！** 因子  
つながりと感謝の因子  
• 感謝・利他・親切  
• 多様なつながり・対話

**なんとなかなる！** 因子  
前向きと楽観の因子  
• ポジティブ・楽観  
• 自己受容

**ありのままに！** 因子  
独立と自分らしさの因子  
• 人の目を気にしない  
• 本来感・個性

幸せの4つの因子

これら4つを満たしている人は幸福度が高く、どれかを満たさないと幸福度が下がり、全てが低い人は最も幸福度が低いということが分かってきました。この4つの因子の最初の2文字をちょっと並べ替えて「あり、あり、なん、やっ！」と覚えるそうです。幸せな人は創造性が3倍高く、生産性も3割高いという研究結果もあるそうですから、ぜひ皆さんも「ウェルビーイング」を大切に、毎日の生活を頑張ってみてほしいと思います。

ひとこと 他人と過去は変えられない、自分と未来は変えられる  
by 湘南学園 学園長 住田 昌治