

2年 学年だより

Well being を高めよう

城東中学校2年生
1月号
2025年1月6日

新しい年の始まりですね。2025 年を「こんな 1 年にしよう」と考えている人もいます。みなさんが願う 1 年になるように、何ができるか考え行動できるといいですね。そこで、よりよい 1 年にするためのヒントとして「Well being」という言葉を伝えます。

「Well being」とは、Well (よい) being (状態) からなる言葉で 身体的・精神的・社会的によい状態にあることをいい、短期的な幸福のみならず、生きがいや人生の意義などの将来にわたる持続的な幸福を含むとされていて、大きく分けて以下の 2 種類があるといわれています。

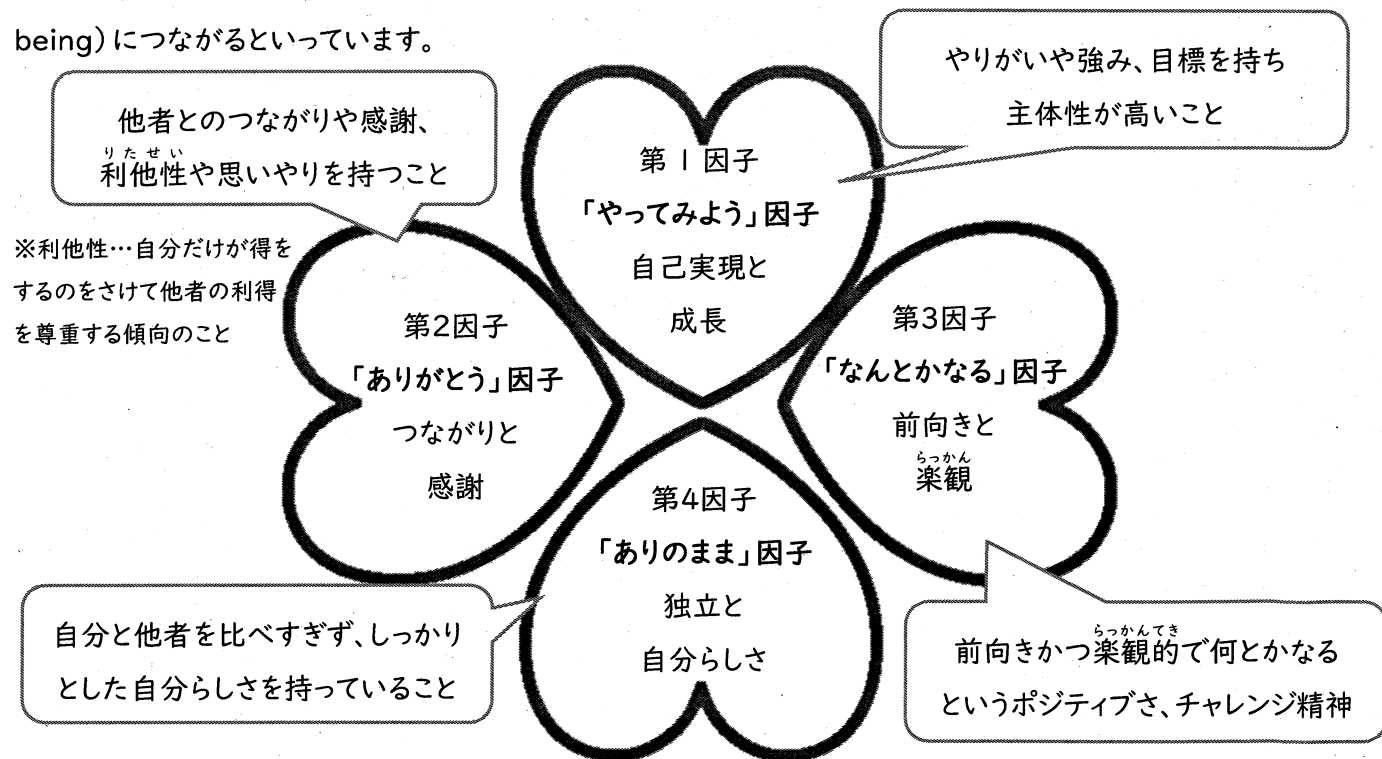
主観的ウェルビーイング

一人ひとりが個人の感覚や認識で感じる
(例)
・自分の人生への満足度
・うれしい、楽しいなどの感情 など

客観的ウェルビーイング

統計などの客観的数字を基に測る
(例)
・平均寿命
・生涯賃金 など

では、どうすれば Well being でいられるのでしょうか？その方法は国内外でさまざまな研究がおこなわれていますが、日本では幸福学研究の第一人者の前野隆司さんは、以下の4つの因子が幸せ (Well being) につながるといっています。



この4つの因子を意識して自分の Well being を高めてみましょう。

(参考文献・資料:ベネッセウェルビーイング Lab)

1 月行事予定

日	曜日	おもな行事	1	2	3	4	5	6	給食
6	月	始業式、給食振込書配付	式	学	学	短学	×	×	
7	火	課題テスト	英テ	社テ	数テ	理テ	国テ	×	
8	水	SC	○	○	○	○	学		●
9	木	諸費納入	○	○	木4	木3	○	○	●
10	金		月4	月3	月2	月1	総	総	●
11	土								
12	日								
13	月	成人の日							
14	火		道	○	○	○	○	○	●
15	水		○	○	○	○	学		●
16	木		月1	月2	月3	月4	月5	月6	●
17	金	5 限:競書会、6 限:委員委嘱→生徒会専門委員会	○	○	○	○	競書会	生	●
18	土	和歌山市科学作品展(フォルテワジマ) 10:30~13:30							
19	日	和歌山市科学作品展(フォルテワジマ) 13:30~16:30							
20	月	2-1④英	月6	月5	月4	月3	月2	月1	●
21	火	2-1⑤国	火6	火5	火4	火3	火2	道	●
22	水	SC	○	○	○	○	学		●
23	木		○	○	○	○	○	○	●
24	金	がん教育(5限:1組、6限:2組)	○	○	○	○	総	総	●
25	土								
26	日								
27	月		○	○	○	○	○	○	●
28	火		道	○	○	○	○	○	●
29	水	2-1②国 SC	○	○	○	○	学		●
30	木	給食試食会(生徒)	○	○	○	○	○	○	●
31	金	2-2③音楽、2-1④理科	○	○	○	○	総	総	●

保護者のみなさまへ

平素は本校教育活動にご理解ご協力を賜り、誠にありがとうございます。いよいよ 2 年生締め of 学期が始まりました。こどもたちは 1 学期 2 学期とひとりひとりがそれぞれのペースで歩み、心身ともに成長してきていると感じることがたくさんありました。引き続き、学校と保護者の皆様と協力しながら、見守り支えていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。