花橘

発行日
令和７年５月27日
第３号
発行・編集
三崎高校総務課

人は半分バナナ

保健主事　宮部　真実

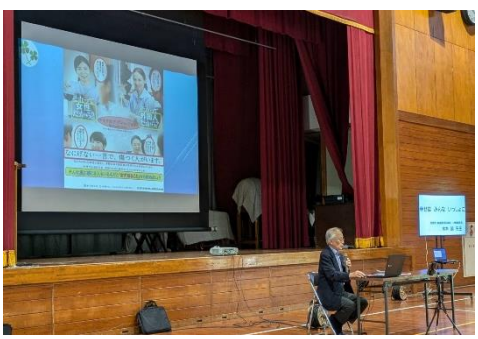
三崎高校に赴任して、何事にも一生懸命に取り組む皆さんの姿や素敵な笑顔に、とても元気をもらっています。

ただ、環境が変わって２カ月。そろそろ、心や体も疲れが出てくる頃ではないでしょうか。勉強や部活動、人間関係で悩むことも出てくるしょう。保健室でも、ちょくちょくネガティブモードの話になります。しかし、私はネガティブが悪いことだとは思いません。人間の脳は、嫌な思い出ほど記憶に残りやすいそうです。ネガティブな思考や感情が湧いてしまうのは、人として当たり前のことだと言えます。ただ、そんな時は、ネガティブな自分も許し、受け入れて、機嫌をとってあげてください。そうすると、自然と前向きな気持ちが湧いてくると思います。少し前を向けたなら、一歩踏み出してみてくださいね。

それでも、超絶ネガティブモードで、自分は駄目だと思ってしまう人には、私が心のお守りにしている『人は半分バナナ』という言葉を送ります。正確にいうと、「人とバナナの遺伝子は５０％一致する」ということです。疑っているあなたは、ぜひお手元の文明の利器で調べてみてくださいね。何が言いたいかというと、人間は半分バナナであり、思っている程優れた生き物ではないということです。だから、失敗してしまう時があって当たり前、必要以上に人を怖がったり、嫉妬したりする必要もありません。だって半分バナナですから。

皆さんが、心も体も元気に学校生活を送れるよう、保健室からも精一杯サポートしていきます！

保小中高合同避難訓練＆人権・同和教育講演会

５月 10 日(土)に保小中高合同避難訓練と人権・同和教育講演会が実施されました。午前中は三崎地区の保育園・小学校・中学校と合同避難訓練を行いました。大地震が発生して津波警報が発令されたことを想定し、寄宿舎や各学校から本校のグラウンドに避難する訓練です。寄宿舎生は保育園児などに声を掛けながら避難支援をしました。午後からの人権・同和教育講演会では、愛媛県人権擁護委員協議会の人権擁護委員である水本諭氏が講師として「幸せはみんないっしょに」をテーマにお話しくださいました。

保護者の皆様におかれましては、お忙しい中避難訓練や PTA 総会等、多数御出席いただきまして誠にありがとうございました。これからも生徒たちの成長した姿をお見せできるよう教職員一同全力でサポートして参ります。