

# 心はひとつ

人の話は. 7:38:55

メラビアンの法則



何気ない日常...  
環境を整えること  
心を整えること  
に繋がる!!



与勝高校生支援部 2号

# たぽた

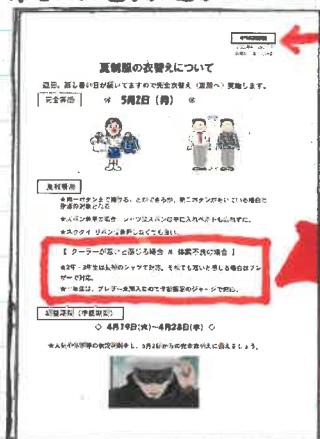
編集責任者 安谷 健太

学校の印刷室です。皆さんの毎日の授業で使用するプリントや資料などを印刷しています。いつも煩雑になっていた印刷室が、4月から綺麗に整理整頓されていました。私とても感動しました。小さなことかも知れませんが、「身近な環境が整う」ことでやる気も確実にUPしますね。

皆さんのHR教室はとうですか?

## 4月集計

### クラス掲示用 ルール再確認!!



**【スーが寒いと感じる場合と体調不良の場合】**

★ 2年・3年生は長袖のシャツで対応。  
それでも寒いと感じる場合はブレザーで対応。

★ 1年生は、ブレザー未購入なので学校指定のジャージで対応。

	携帯		身なり		遅刻(朝)	
	男	女	男	女	男	女
1-1	0	0	0	2	0	0
1-2	0	0	0	1	5	0
1-3	0	0	0	1	1	0
1-4	0	0	0	2	0	0
2-1	0	0	0	0	0	0
2-2	0	0	0	0	0	0
2-3	0	0	0	0	0	0
2-4	0	0	0	0	0	0
3-1	0	0	0	1	0	0
3-2	0	0	1	1	0	2
3-3	0	0	0	0	1	0
3-4	0	0	0	0	0	1

クラスに掲示されています。もう一度確認して下さい。

入は朝起きて、夜眠るまでの間に無意識も含めて約5万回、自分で語りかけているそうです。ただその9割近くがネガティブなものだとも言われています。それは身を守るための動物的本能で仕方のないことだそうなんです。人間は基本的にネガティブな生き物です。だからこそ、一日、10分でもいいので、意識的に自分にポジティブな言葉を投げかけようとした方がいい。それが専門家の方の意見です。そうには自分で語りかけるとその効果が劇的に高くなることを米イリノイ大学が発表しています。かりに友人にネガティブな人がいたとしても、会わないうつにするなどの対処法があります。それが自分自身と対峙するということ。迷わぬが、ネガティブな自分自身を癒やせられたい。自分のメンタルを癒やせたい。自分自身は自分自身で、たいてい人はその人が使う言葉の通りの人生を歩んでいくという話を聞いたことがありますが、裏を返せば言葉を交わすだけで人生が変わってしまおうという事なんじゃないか。神様には、くちくちじんじけい」といふ先人の教えがあります。言葉はお金のように大事に使いなさい、という意味です。言葉はお金と違って大事に大事に使おうと改めて思っている今日この頃です。

(身なり内訳: ビズ⑤、茶②④)

【今宵のうた】  
入は朝起きて、夜眠るまでの間に無意識も含めて約5万回、自分で語りかけているそうです。ただその9割近くがネガティブなものだとも言われています。それは身を守るための動物的本能で仕方のないことだそうなんです。人間は基本的にネガティブな生き物です。だからこそ、一日、10分でもいいので、意識的に自分にポジティブな言葉を投げかけようとした方がいい。それが専門家の方の意見です。そうには自分で語りかけるとその効果が劇的に高くなることを米イリノイ大学が発表しています。かりに友人にネガティブな人がいたとしても、会わないうつにするなどの対処法があります。それが自分自身と対峙するということ。迷わぬが、ネガティブな自分自身を癒やせられたい。自分のメンタルを癒やせたい。自分自身は自分自身で、たいてい人はその人が使う言葉の通りの人生を歩んでいくという話を聞いたことがありますが、裏を返せば言葉を交わすだけで人生が変わってしまおうという事なんじゃないか。神様には、くちくちじんじけい」といふ先人の教えがあります。言葉はお金のように大事に使いなさい、という意味です。言葉はお金と違って大事に大事に使おうと改めて思っている今日この頃です。

SNSトラブルの『鍵』 見かけたら迷わずスクショすぐ相談