

◎ 学校評価アンケートの結果です。～ご協力、ありがとうございました。

1月に実施した学校評価アンケート（保護者）の結果です。ご協力、ありがとうございました。この結果をもとに、今後の飢肥中学校の学校運営に生かしていきますので、今後もよろしく願いいたします。

- 飢肥中学校の生徒は、よくあいさつをしますか。
A：よくする（36%） B：まあまあする（51%） C：あまりしない（12%） D：全くしない（1%）
② ①
- 飢肥中は伝統や特色（城下町や伝統的な雰囲気）を生かした教育活動を行っているでしょうか。
A：よくする（42%） B：まあまあする（47%） C：あまりしない（11%） D：全くしない（0%）
② ①
- 学校だよりや学級・学年だより及び参観日やオープンスクール等で、飢肥中学校の様子がよくわかりますか。
A：よくわかる（42%） B：まあまあわかる（45%） C：あまりわからない（12%） D：全くわからない（1%）
② ①
- 飢肥地区は、地域と学校の連携による教育活動が円滑に進められているでしょうか。
A：よくする（25%） B：まあまあする（61%） C：あまりしない（14%） D：全くしない（0%）
② ①

◎ スイートピーが贈呈されます ～ありがとうございます～

生産量日本一にちなんでスイートピー花まつり実行委員会より、コロナ禍で頑張っている市民への元気づけ、スイートピーの認知度向上及び消費拡大を図るために、卒業式の日、スイートピーが卒業生に贈呈されることになりました。本当にありがとうございます。

◎ 「いつも怒っている人も怒れない人も アンガーマネジメント 戸田久実 著」
の一部を紹介します

～うれしいこと、成功体験をメモする～

メモするたびにしあわせな気持ちがあわてくる。日常生活では、イライラすることばかりでなく、うれしかったこと、うまくいったこともたくさんあるはず。そんな、しあわせだと感じられることや、うまくいったことを記録することで、プラスに目を向けられる体質になってきます。学生時代の友人たちとの同窓会がとても楽しかった、朝早く起きることができた、今日の卵焼きはうまく焼けたなど、小さなことでいいのです。フォーマット（形式）は自由です。書きやすいものに記録すればOKです。

◎効果

- ハッピーログ（幸せに関する記録）
些細なことでもOK。うれしかったこと、楽しかったことを書く。
小さなことにも、しあわせだと感じられるようになる。
- サクセスログ（成功に関する記録）
できたこと、うまくいったことを記録する。
自分に自信をもつことができる。
- どちらも続けていくと、怒りにくい体質になる。

