



# 美・三・未



ひたちなか市立美乃浜学園  
学校だより 第3号  
令和7年6月2日

## 脳の認証システム+ほめる=ピグマリオン効果+幸せホルモン

皆さんは「脳の認証システム」という言葉をご存じでしょうか。簡単に説明すると、脳は、「自分」と「他人」を区別できない（1人称と2人称を区別できない）のだそうです。つまり、人をほめている人は、自分がほめられている気分になり、逆に、悪口を言っている人は、脳は自分が言われていると勘違いをしてしまうそうです。そして、ほめ言葉を聞いている（他人に対するほめ言葉でも）と、その言葉にふさわしい人になっていくのだそうです。これがピグマリオン効果と呼ばれているものです。

自分の声は自分が一番聞いています。自分の脳に聞こえる内容が人の悪口ばかりだと脳にも体にも良い影響を与えるはずがありません。「他人の悪口を言う」という行為は、「自分の悪口を言っている」と同義というわけです。悪口を言った直後はなんだかすっきりした気分になります。でも、あとからじわじわと罪悪感がたり、モヤモヤした感じがやってきます。これは脳の認証システムが作動しているからでしょう。

また、人をほめたり、自分に嬉しいことがあったりすると「ドーパミン」や「エンドルフィン」という「幸せホルモン」が分泌されるそうです。すべての職員で、子供たちのうわべだけを見ておだてるのではなく、心の底から子供たちの良さを見出し、あらゆるものから子供たちの可能性を発見できる「ほめる達人」を目指していきたいです。（校長 中原 悟）



### 美乃浜スポーツ祭

#### 勝利をつかみとれ～We are challengers～

雨で延期となりましたスポーツ祭でしたが、18日（日）に清々しい青空の下、1～9年が協力し合って、温かな雰囲気の美乃浜学園ならではのスポーツ祭となりました。児童生徒が主体となって活動する姿に、新年度が始まったばかりではありますが、確実に成長を感じた時間でした。目を輝かせて生き生きと踊る1・2年、3・4年の表現と、その姿を温かく見守りながら一緒に踊る後期課程の生徒たち。会場が一つとなり思わず、観覧していた保護者や地域の方からも笑みがこぼれました。5～9年生の気迫と団結力、応援団の声援、意気込みを感じた代表リレー等、児童生徒一人一人が頑張ることのできたスポーツ祭となりました。敬老種目に参加してくださった来賓や地域の皆様、児童生徒に温かい声援を送ってくださいました。終了後もテントや椅子の片付けてくださったりした保護者の皆様、ご協力をいただき、ありがとうございました。



### 4年生いちご収穫体験

5月28日（水）4年生が給食のいちごでお世話になっている小池様のご厚意でバインベリー収穫体験をさせていただきました。児童は夢中でいちごを収穫し、そのおいしさに誰もが感動していました。この体験で得た「なぜ？」「すごい！」を今後の学びにつなげていきたいと思います。

### 9年生有意義な時間を

奈良・京都方面への修学旅行から帰ってきた9年生。歴史に触れながら、貴重な体験をし、友情を深めることができたことでしょう。今度は、19日（木）から市総合体育大会が開催されます。今まで部活動等で練習し培ってきた力を発揮する時です！自分の目標、チームの目標を再確認し、どのような練習をすればよいのか、考え、実践し、全力で出し切ってほしいと思います。一人一人の活躍を楽しみにしています。

### 登下校の車での送迎について

6月に入ると梅雨になります。車での送迎が増えます。交通渋滞や事故を防ぐために、平磯方面の方は、校舎周りを走行し、駐車場への「左折進入」のご協力をお願いします。

### 3年生サツマイモ苗植え体験

5月27日（火）3年生がサツマイモ苗植え体験を行いました。今年も講師の大内様、松浦様に、苗の植え方やコツを教えていただきました。「いつ収穫できるのかな。」と楽しみながら貴重な体験ができました。今後、総合的な学習の時間において地元の特産品について学びを深めていきます。

