東京都立杉並総合高校
杉総通信
2022 年
10 月号
(9月26日)
都立杉並総合高校
広報新聞

校長より

お願いだから、消えないで！

やあ！杉総生の皆さん元気にしていますか。杉総祭はいかがでしたか！杉総祭を創り上げてくれた文化委員長 35R 萬田明保さんをはじめ各クラスの文化委員の皆さん、生徒会長 21R 中村有結さん、そして　杉総祭に尽力してくれた人たち全員に感謝申し上げます。
ありがとうございました。
今後は、気持ちを切り替えて日々の学習や部活動に力を入れていきましょう。
三年次生の皆さん、すでに進路活動が始まっていますね。応募資格については、人任せにせずに自分自身で再確認してください。
二年次生そして一年次生の皆さんも、実は卒業後の進路を考えて力を蓄えることができる貴重な日々が二学期です。情報をいかにして仕入れるかを周りの人に相談してください。

皆さん「消えたい」と思ったことはありませんか？「消えたい」の根っこには「自分嫌い」があると言う人がいます。自分から「いなくなりたい」わけではないが、受動的な感情である「消えたい」は、どこから来るのでしょうか？
それは、自分自身が嫌いだという気持ちと、そんな自分を他人が受け入れてくれるはずがないという思い込みが原因である場合があります。勉強や人間関係でうまくいかないのも、学校生活で失敗してしまうのも、すべて自分のせい。だから自分を消して、誰にも迷惑をかけず、そんな状況から逃げてしまいたい。でも、本当のあなたは、決して消えるべき人間なんかではないのです。
「消えたい」という気持ちは、ネガティブな感情すぎて誰かに相談するには気が引けてしまう。そもそも自分の問題だから、自分でどうにかしなければ…そんな風に抱え込んでいませんか？確かに、消えたいと思う時は誰にも関わりたくないものです。むしろ誰の頭の中からも、自分という存在を消してしまいたいとさえ思う時もあるのではないでしょうか。だからこそ、そういう時は小説やエッセイなどの「本」に、自分の気持ちの行き場を求めてみてください。後ろ向きの気持ちに心を覆いつくされる前に、　冷静に、一人で自分を見つめ直すいい機会になるかもしれません。

★教務部より★

この９月から日本の入国制限が緩和され、海外帰国時の PCR 検査と陰性証明書の提示が免除されるようになりました。さらに、新型コロナウイルスの感染者も、発症日から７日間経過し、かつ、症状軽快後 24 時間経過した場合には８日目から解除が可能となりました。少しずつですが、新型コロナウイルス感染症への対応が変更され、本来のルールに戻りつつあります。

現在、PCR 検査や抗原定性検査で「陰性」の場合、登校を拒む根拠は乏しいとされています。

出席停止というルールは、感染者（疑いを含む）が他者に感染させる可能性がある場合に、休んでもらうという他の生徒を守るためのルールが本来です。感染者（疑いを含む）を守るためのルールではありません。そのため、「陰性」が証明された日以降の出席は「(病気) 欠席」の取り扱いとなるのが本来です。本来のルールに基づき、出席停止の提出をお願いいたします。

★生活指導部より★　海の声が　ききたくて

私は今想像しています。今日は文化祭の前日。みんな一生懸命！準備に追われています。そして、先生たちもみんなを盛り上げようと決心してから、夏中準備をしてきました。皆さんがこの通信を目にするのは、杉総祭も終えている頃かな。今年の文化祭が最高の思い出になっていることを願っています。３年生にとって最後の三大行事。どうか「私の高校生活が杉総で良かった」と思えるような文化祭でありますように。
明日、杉総祭。君たちを応援して「キクバリ」「星野リゾート」「ことぶき」が全力で小張るでしょう。
チャレンジって大人になってもイイネ！　杉総生ってイイネ！

★進路相談部より★

推薦入試や就職試験を控えた３年生は自己PR をどのようにしたらよいか悩んでいることと思います。まず覚えておいて欲しいことは、**自己 PR だからといって自慢話をすればよいわけではない**ということです。実は何を成功したのかよりも**失敗から何を学びどのように自分を変えたかという『成長』が評価される**のです。失敗を避けるためにチャレンジをせずに小さな成功例だけを並べるよりも、大きなチャレンジをして成功はしなかったがそこから学んだことで自分が成長できたと実感する体験を積む方が「自分の夢の実現」に近づくのです。是非、**失敗を怖がらずにチャンスを広げると思っていろいろなことにチャレンジ**してください。

★総務部より★

「挑戦」

杉総祭で私（小張）と菊川先生の２人で漫才に「挑戦」しました。全部で３ステージ。緊張もしましたし、楽しめもしました。ではなぜ、２人は漫才をしたのか、それは、次のように考えたからです。「今までと同じように行うことも大事だが、挑戦することも、それ以上に大事」。文化祭を通して改めて、いろいろなことを学ぶことができました。何より行事に対して一生懸命頑張ることは日々を充実させ、同時に本来の仕事への集中力も高めました。どのような状況、環境においても，うまくいくときもあれば、うまくいかないときもあります。むしろ、うまくいかない時の方が多く感じるかもしれません。そんな時こそ挑戦してみてください。必ずチャンスをつかめます。杉総生ファイト！！

★保健部より★

夏休みも終わり、２学期が始まり、杉総祭も終わりました。生徒たちは普段とは違う経験をして、楽しい思い出もたくさんできたことと思います。ただこの期間に油断して生活のリズムを崩してしまう生徒も何人か見られますので、その時はなるべく早く立て直しましょう。

さて新型コロナウィルス感染症に関してですが、８月よりは数は減りましたが、まだ安心できる状況ではありません。引き続き、朝の体調管理アプリ入力、手洗い、昼の黙食へのご協力をお願い致します。

夏休み中や新学期に、スクールカウンセラーに相談したいことができたならば、積極的に面接を申し込んでください。

★1 年次より★

９月はどのように過ごしましたか。杉総祭があり、様々な経験をし、いい意味でも悪い意味でも心動かされることも多くあったと思います。私たちは、人との関わりの中で人生を送ります。いつもいいことばかりであるはずもなく、思いがけない辛いことや、我慢や努力が報われないこともあります。一方で、とてもラッキーな出会いや、心温まる優しさに触れることもたくさんあります。みなさんはまだ若い！…なのでそのような雑多な刺激が心身を成長させます。深く思考することで頭と心を使い、自分の糧になるものです。刺激を嫌がらず、怖がらず、元気に前向きに残りの２学期を過ごしてください。

★2 年次より★

今年の杉総祭は、保護者の方々にも来ていただいて開催できました。夏休み中からクラス看板の絵を描いたり、企画の部品を作成したり、門の装飾の作成に取り組んだりと、丸一日を費やして活動していた姿が見られました。

文化祭の企画、運営にかかわった委員や係の生徒たちは、本当によく考え、実行してくれました。ありがとう！限られた環境の中での実施でしたが、お越しいただいた方々に楽しんでいただけたのなら何よりです。

次は修学旅行です。みんなでいい修学旅行にしましょう！

★3 年次より★

・進路活動について

第一回の指定校推薦の選考が終了しました。第二回の指定校推薦の申し込みが始まっています。推薦入試を希望している人は良く考えて 27 日 16 時までに申し込みをしてください。推薦入試で面接や提出書類の指導を先生方に受けた人は、日ごろからの挨拶はもちろん、連絡報告、お礼をしっかり行いましょう。身だしなみも最後までしっかりとしていきましょう。共通テストの志願票の締め切りが 28 日です。忘れないようにしてください。これからまだまだ学力は向上します。目標に向かってあきらめないで、全員で希望の進路へ進みましょう。

・文化祭

はじめてのフルスケールに近い杉総祭でした。最後の高校生活、気を抜くことなく充実させていきましょう。

★行事報告★

９月１７日（土）、１８日（日）に杉総祭が行われました。

★１０月の主な予定★

１０月　１日（土）都民の日
３日（月）～７日（金）
授業公開（予約不要）
※６日（木）開校記念日（閉庁日）
８日（土）２年次保護者会
学校説明会
１８日（火）～２１日（金）
２学期中間考査
２４日（月）１年次 学生図鑑オープンキャンパス
頭髪指導
２７日（木）避難訓練

面談週間　１０月２５日（火）～１１月１日（火）
（４０分授業）

★ユネスコスクール加盟校「志を世界に繋ごう」！！