

樹妙より

No.142
2016.08



慈悲喜捨

最近、中学生や高校生など、若い人がSNSなどで知り合う傾向があります。本校でも、新学期早々に新入生同士が以前から知り合いであったように話している光景を目にするようになりました。新たな学校生活や級友に馴染むのには、多少時間がかかるものですが、そのようなことを全く必要としない様子に少々驚きました。もっとも、その生徒たちは、中学校時代の部活動などで既に知り合いだったのかもしれませんが、いずれにしても、そのような生徒たちは、早くから高校生活に適応できるように思います。その一方で、「まだ友達ができない」と担任などへ相談する生徒もいます。みんなが、毎日楽しそうに過ごしているのに、自分だけがその輪に入れないという状況は、心にとっても大きな寂しさを抱えているのではないかと思います。

行った時に黙って話を聞いてくれる人だ」と言っています。この話には、「どのような時でも」、「どのようなことをしても」、「かくまうことも、責めることもせず」、「黙って話を聴く」姿勢が、相手との深い信頼関係をつくるのに必要だという意味を含んでいます。もし自分が相談する側であつたとしたら、誰にも知られたくないと思っていることを友達に打ち明けることができるでしょうか。

友達とは、双方向の関係にあつて、お互いが経験の共有を重ね、問題などを解決していく過程で信頼感が増していくのだと思います。したがって、出会ってすぐに「本当の友達」となるのは難しく、それ相当の時間が必要となります。そして、相手に自分の本当の姿を見せることができれば、真の信頼関係は生まれます。このような友達が、一人でもいる人は幸せです。

私は一人ひとりが、この樹徳高校で、どのような友達が欲しいのだろうか、そのためにはどのようなことに注意すればよいのか、あらためて考えて欲しいのです。

「よい友達がほしいと思つたら、まず自分がよい友達になることです(樹妙より)。」よい友達を得て、楽しく、豊かな生活を送るようにしましょう。

教頭 金安伸一

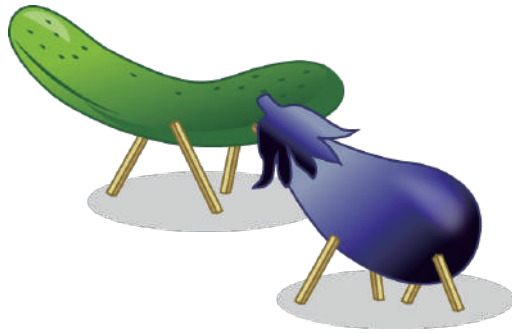
いっしょ

この不思議なもの

明照学園理事長
野口 秀樹



この教えは仏教発祥のインドにはなく、日本独特の教え、しかも来るときはキュウリの馬に乗って早足で、帰る時はナスの牛に乗ってゆつくりと、滞在時間を少しでも伸ばしたい、伸ばして欲しい、そんな先祖への思いがあふれている、日本という国は本当に不思議なよい国であります。



八月はお盆の月です。この時期になると高速道路、新幹線などを利用する帰省ラッシュにより各所で混雑します。帰省の目的は色々ですが必ず先祖のお墓参りが含まれております。先祖を大事にすることは、とても大切な行為であります。気がついているでしょうか、先祖や親を敬うことは、自身自身の存在を認めることになります。今ここに私が生きている事を感謝し喜ぶ事に結びついていくのです。お陰様の思いはさらに大きな気付きも導いてくれるのです。

また、お盆は年に一度、ご先祖様が極楽浄土からお客に来る時といえます。

きました。主人は小作人を書斎へ招き入れられ、ひと腕の汁をご馳走します。ところが小作人はそれを飲もうとすると腕の中に小さなへびがいるのに気がつきました。しかし主人の機嫌を損ねてはならないと思い、我慢をしてその汁をいっきに飲みほしたのです。その結果、彼は病気になるてしまいました。

それを聞いた主人は心配して彼を呼び寄せます。主人はまた書斎に連れて行き、薬を調合して小さな腕に入れ、彼に与えました。小作人がこれを飲もうとすると、またもや腕の中にへびがいるのです。今度は小作人はそのへびを指して、このへびが自分を病気にした原因であることを大きな声で訴えました。それでも飲むのは嫌だと言うのです。

主人は腕の中をのぞき込み、笑いながら、大きな弓をつるしてある天井をさして言いました。「へびなどどこにもいない。お前が腕の中に見ているのは、天井につるしてある、あの大きな弓の影だ」

小作人がもう一度覗いてみると、確かにそこに見えるのはへびでなくてただの弓が映っているだけでありました。面白いもので小作人の病気はすぐに治ってしまったのであります。

この話は思い込みや、勘違いが人間の体まで影響を及ぼすという話でしょう。

医学の世界に「プラシーボ効果」というものがあります。プラシーボとは実際には効き目のない偽の薬のことです。ただの砂糖であっても、患者が有効な薬と思ってこれを服用すると症状が緩和する。暗示効果なのででしょうか、信じる力なのでしょう。人によって鎮痛作用があったり、自然治癒力が上がったたり効果が出るのです。

これが更に興味深いのは、患者に薬を与える医師がこれが本物だと信じて偽薬を患者に与えると、その偽薬の効果は増すのだそうです。この分野の検証はこれから続くのだと思います。が、人の心の面白さがある。そう言えば、転ん

で膝が痛くて泣いていると母親が、そこをさすつてくれて「痛い痛い飛んないけ」と言ってくれたことがあります。あのおまじないのお陰でしょうか、不思議と痛みが和らいだ記憶があります。

先ほども申し上げましたが、思い込み、勘違いも含め、現実を通り超して、自分の信じたことに体が影響を受けていく。こんなふざけたことが私達の体の中では常識としてまかり通っている。心で強く描いている、信じていることが現実として引き寄せられているのです。これが心の持つ特徴の一つではないかと思うのです。

私達のよりよい人生に、この心の特徴、活用できると思いませんか。

合掌



なにかを成し遂げる人は 感謝の多い人

『神様の食べ物』

好きな食べ物を聞かれたとき、何と答えますか。私は迷わず「チョコレート」と答えます。私にとってチョコレートは、必要不可欠なものであり、幸福感を与えてくれる食べ物です。チョコレート好きが高じ、大学在学時にはチョコレートやココアに関する研究を行うほどでした。

休み時間に生徒と話をしていた、チョコレートが好きだと伝えると、「私も好き」という生徒がいる一方で、「チョコレートを食べると虫歯になる」、「肌が荒れる」、「太りそう」といった返答も返ってきます。近年、世間では高カカオチョコレートの登場や、バレンタイン行事の激化によって、チョコレートへの関心が高まり、一般の人にも様々なことが知られるようになってきました。しかし、

興味の無い人には、なかなか情報を得る機会はありません。今回は、チョコレートに対しマイナスイメージを持つ方に、少しでもチョコレートのことを知っていただけたらと思います。チョコレート・ココアの原料であるカカオ豆は、主に西アフリカ、中南米、東南アジアの熱帯雨林地域で生産されています。カカオ樹 Theobroma cacao は、アオギリ科テオブロマ属の一種であり、カカオ樹の学名にある theobroma とは『神様の食べ物』という意味を表します。

はるか昔、マヤ文明の時代には、神聖な祭壇に捧げるものであり、すりつぶしたカカオ豆をお湯に溶かしたものは、王や貴族にとつての特別な飲み物でした。また、アステカ文明の時代には、不老長寿の薬ともされていたのです。その後、カカオはヨーロッパに渡

り、現在の甘くて美味しいチョコレートになっていったのです。

カカオ豆には、カカオバターと呼ばれる油脂、タンパク質や糖質等の栄養成分の他に、ポリフェノールやテオブロミンといった機能性成分が、多量に含まれています。今日に至るまで様々な研究が行われた結果、チョコレートには多くの機能性があることが明らかになっています。具体的には

- ① 血圧低下
 - ② 動脈硬化予防
 - ③ 抗ストレス作用
 - ④ 抗酸化作用
 - ⑤ アレルギー改善
 - ⑥ 脳の活性
 - ⑦ 便秘改善
- といったものです。ここで、生徒の返答に対する答えを示しましょう。

まず、虫歯ができやすいと思われるがちなチョコレートですが、カカオポリフェノールには、抗う蝕作用と良い、虫歯になりにくい作用があることが明らかになりました。（食べるほど虫歯にならない、ということではなく、歯磨き等が必要

です。）

二つ目は「肌荒れ」についてです。ニキビができやすいイメージのチョコレートですが、そもそも、ニキビと食事とを関係づける科学的証拠はなく、どの研究でもチョコレートとにきびの悪化は無関係であるとの見解が示されています。むしろ、肌が荒れるどころか、カカオポリフェノールには抗酸化作用があるため、美容効果があるとされているほどです。

三つ目は、肥満との関連性についてです。愛知県では昨年、約四百人に、継続的な高カカオチョコレートの摂取による健康効果の調査を実施。結果、

血圧の低下や、精神的・肉体的のいずれも、健康度が向上するという結果が得られました。また、LDLコレステロールの増加を抑制し、HDLコレステロールが増加することも新たにわかり、対して体重増加に対する差異は見られませんでした。アメリカの論

文では、適度に運動をしている人なら、定期的にチョコレートを食べている人の方が太りにくいという結果が出ています。つまり、肥満とチョコレートの関連性は、特に無いのです。（勿論食べ過ぎはダメです。）これから夏休みを迎え、自宅での学習の機会が増えると思います。勉強に疲れたときには、ぜひ冷蔵庫で冷やしておいたチョコレートを一口食べてみて下さい。きっと、良い作用をもたらしてくれると思います。

（理科 大石 絢菜）



桐生錦町一丁目

盛運橋薬局前

■樹徳コミュニティセンター「み法」 8月の行事予定

- (1) ラタンアート工房「桐生藤工芸」
主催 野村ナナ子さん 4日(木), 18日(木)
- (2) 七草ゼミナール塾 主催 上野文雄さん 26日(金)

夏期海外科学研修 速報！

平成二十八年七月十日（日）〜二十日（水）までの日程でアメリカはロサンゼルスを中心として海外科学研修が実施されました。この研修には様々な国から合同で研修に参加するプログラムもあり、生徒達は大きな刺激を受け、帰国しました。今回はその速報版をお届けします。



UCLAの研究室



UCLA・ロイスホール前



成田空港にて



ドルビーシアター



パームスプリングス



LAの企業訪問



カリフォルニアサイエンスセンター



ユニバーサルスタジオハリウッド

職員紹介（管理職・講師等）

職名	教科	氏名
校長		野口 秀樹
副校長	保体	池田 量
教頭	商業	金安 伸一
事務長		田代 文衛
顧問	国語	尾内正彰
総務部長	保体	岩上 行雄
副教頭	国語	林 俊樹
教務部長	情報	星野 匡樹
教務主任	理科	渡辺秀明
養護教諭		毒島 恵子
図書館長	社会	児嶋 敦子
カウンセラー		西山 千代子
		川和 玲子

職名	教科	氏名
非常勤講師	国語	北島 裕子
		高坂 真人
		金安 明美
		森 正子
	社会	押尾 みさき
	数学	斉藤 広房
		伊藤 正道
		女屋 泰秀
		小田 隆
	理科	大石 絢菜
	家庭	栗原 佑巳加
	音楽	鈴木 秀子

職名	教科	氏名
非常勤講師	保体	橋本 幸男
		松井 香保里
	英語	小堀 信一
		片山 利子
		根岸 勝弘
		村田 晴美
		阿部 佳之
		入澤 八一
		島倉 純子
		澤口 洋佑
	情報	津久井 唯

樹徳高等学校
月影祭

第30回

中学生作品コンクール

みなさんの素敵な作品、待ってます♪



樹徳キャラクター「ビッパ」

開催期間

11/5(土) ▶ 11/6(日)

〔 搬入期間：10月24日(月)～10月31日(月) 〕

作品募集!!

募集
作品

家庭の部

家庭に関わる作品・編み物・刺繍
リサイクルによる作品
布によるものなど

絵画の部

A1版～B5版の画用紙に描いた作品
ポスター・デザイン作品
(額装不要)

書道の部

半紙および条幅を使用
書体は楷書・行書の作品
(裏打ち、仮巻などは不要)

1. 参加資格・・・中学校在校生（1年生～3年生）
2. 出品規定・・・①一校、各部門とも5点以内とします。
②未発表の作品に限ります。
③合作によるものも、個人作品扱いとして募集します。
④家庭・絵画作品には必ず所定の出品票をつけてください。

詳しくは、学校に配布
されたパンフレットを
ご覧ください

一貫校

中学校

だより

◆人の長所に学ぶ

今回は、私たちが人と出会い、関わりを持つ中で、良好な人間関係をつくり上げ、自己を高めていく人間修養の一つを紹介します。

江戸時代の末期、門下には佐久間象山など多くの偉人を輩出した高名な儒者、「佐藤一齋」の『言志晩録』にある教えです。「人を見るにその人の短所を見れば、我、彼に勝れり、我において益なし。長所を見れば、彼、我に勝れり、我において益あり。」

私はこの言葉を次のように解釈しています。「私たちが人を見る場合は、その人の優れている所を見るように心がける。短所を見ると自分の方が相手に勝ってしまい、自己を向上させる糧にはならない。そこには相手を見下し、優越感に浸っている自己があるだけである。これでは人間は成長できない。これに対し、人の長所を見るように努めると、相手にも自分よ

りも優れたものがあることに気づき、その人らしさ、長所というものが見えてくる。このような接し方を続けると、人間は大きく成長できる。また、相手の長所を積極的に認めようと寛（ひろ）い心で接するので、相手も好意を持つようになり、良好な人間関係も築かれる」と。

すなわち、これは人の長所に学ぶ効用を説いているものと思われまふ。

しかし、現実の学校生活や社会生活においては、「私たちは○○○○だけれども、…」と言って直ぐに相手の短所を指摘することが多いものです。目標を達成するための向上心というのは、自分の心のあり方を考えることが基盤となりまふ。周りの人から自分にはないものを見出し、進んで学び、それを活かしていく真摯な姿勢が人間には必要である、と佐藤一齋先生は教えているのです。自戒したい言葉です。多くの仲

間と触れあい、互いの長所を認め、共に学んでいく生き方こそが自己実現には欠かせないようです。

（顧問 齋藤哲也）

◆桐生市弁論大会

最優秀賞受賞



七月七日、桐生市中学校弁論大会が開かれました。本校からは校内弁論大会で代表として選ばれた3年生渡辺蘭さんが出場。「ふるさと」と題し、骨董市・のこぎり屋根・桐生織りなど、歩く中で見つけた桐生の魅力を語りながら、未来の街の姿について熱弁をふるいました。そして樹徳中としては九年連続となる最優秀賞を戴き、東毛地区大会への出場を決めました。三年連続県大会最優秀賞を目指して頑張ってほしいと思います。

◆卒業生による

生き方教室

樹徳中高一貫校は今年で十六年目。一貫校を卒業していった者たちが、社会人となり、様々な場所で活躍するようになりました。その卒業生が一貫校での思い出や今の仕事、現在に至るまでの努力や思いを後輩に語る場がこの生き方教室です。

二度目となる今回（六月二十五日）は東京大学法学部を卒業し、弁護士として活躍する、三期生の野村直弘さんを招き、「企業法弁護士として」と題し、講演を戴きました。

◆陸上競技部 赤坂君

全国大会出場決定

六月二十五・二十六日、前橋敷島にある正田醤油スタジアム群馬にて全日本中学校通信陸上競技群馬県大会が行われました。3年生の赤坂匠君が、1500mで自己ベスト、全国標準記録を突破。また、3000mでも自己ベスト、全国標準記録を上回り、二年連続の全国大会への出場を決めました。八月に長野県で行われる全国大会でも大いなる活躍を見せてくれることと思います。応援をよろしくお願いいたします。

樹徳中高一貫教育

学校説明会 8/7(日)
9:00 ~ 12:00

- ・29年度入試概要
- ・学校生活
- ・カリキュラム 他

第1回樹徳中モギ試験
8/20(土)

受付 8:15 ~ 8:40
国語 9:00 ~ 9:45
算数 10:00 ~ 10:45

受験料 2000 円

お問い合わせ
TEL 0277-45-2257

幼稚園だより

頑張りました！

お泊まり会

七月一九日（火）に一学期終業式を終え、夏休みに入りました。子どもたちは、家族旅行など夏休みへの期待に胸を膨らませていることと思います。

年長さんは、夏休みに入ってから二日目の二十一日（木）から「お泊まり会」を実施しました。楽しみと緊張、そして不安が入り交じり、保護者と登園する表情が、いつもと違ってこわばっていました。不安と緊張からか、落ち着きに欠ける子も多く見られました。スタートは大善寺（相生町二丁目）での「おつとめ」。本堂で理事長先生の講話（頑張ること）をいただきました。その後「木魚」をたたいて頑張ることや、楽しい「お泊まり会」になるようお祈りし、少し安心して園に戻

りました。そして、楽しみにしていた「スイカ割り」では、大きな二つのスイカを、見事真つ二つに割って大歓声を上げて大喜びをしました。大善寺に続き、また一つ安心が増え、この頃には、表情も大部緩んできました。夕食のカレーライスを、お外でおいしく食べ終わる頃にはあたりも暗くなって、「お泊まり会」一番の楽しみである「キャンプファイヤー」の始まりです。園庭から「火の神様」



お泊まり会「みんなで楽しく花火」

と、子どもたちの大声で、火の神様が登場し、儀式が始まりました。

「かしこみ、かしこみもの申す。皆のもの、こころして聞くがよい。我こそは、茶臼山に住む、火の神であるぞ！この燃える火を囲んで、大いに楽しんでくれたまえ」と、祝詞を上げ、積み上げた薪に点火すると、炎が高く舞い上がり、楽しそうな子どもたちの顔が、園庭に映し出されました。雨が少し強くなり、フォークダンス等が中止になってしまいましたが、最後は園庭に高く上がる花火を見学し、全員が手持ち花火を上げて終了となりました。そして、いよいよ就寝の時間となりましたが、思っていたほどの緊張感はなく、トイレを済ませて布団に入りました。なかなか寝付けない子もいましたが、先生方の添い寝等見守る中で、一日の疲れもあってか、全員が眠りにつきました。

翌日の朝のあいさつは、昨日と変わって、爽やかでとても誇らしそうでした。家族と離れて、失敗もなく



お泊まり会「スイカ割り」

友だちと泊まれた一夜は、大きな自信となって、また一つ大きく成長できた「お泊まり会」となりました。教職員一同ほつとし、責任を果たせた喜びでいっぱいです。ご協力いただきました保護者の皆様方、ありがとうございました。

研修の夏を迎えて

この夏休み、先生方は群私幼の夏季研修をはじめ、二日ないし六日間の研修に全員が参加します。「何のために園外の研修に参加するのか？」という目的を明確に認識して参加し、資質や指導力の向上を図るとともに、外と内の研修を、どうつなげるかをテーマに、

この夏休みは園内研修に取り組む予定です。一人ひとりの先生がある見識を培うことで、資質が向上します。さらに、「よくしていこう」という園の風土を醸成し、全体でシステムの質を上げ、園の外と内の研修をつなげていきたいと考えています。研修を通して教育（保育）の質の向上を図り、子どもたち一人ひとりの健やかな成長と、幸せのために、努力していきたいと思っています。園長 瀬谷 茂

入園児募集

第二回見学会・説明会

期日：八月二〇日（土）

時間：一〇時三〇分

場所：樹徳幼稚園

園見学や教育方針・特色ある活動・園生活・園行事・費用等について、説明します。

是非、お出かけください。お待ちしております。

※（準備の都合上、電話で連絡いただけるとありがたいです。

お気軽にお問い合わせを！

桐生市広沢町3-4475

0277-5315571

ホームページもご覧ください！

<http://www.jufoku.ed.jp/Kinder>

8月(正命)の行事予定

日	曜日	高等学校(本校)	一 貫 校	幼 稚 園
1	月	登校日① 大掃除 奨学生審査会①	登校日① ワックス掃除	預かり保育⑦ 夏期研修会(中級)①
2	火		SSL2016 特別補習(2・3年)(~4日)	預かり保育⑧ 夏期研修会(中級)②
3	水			預かり保育⑨
4	木	私学中堅教員研修(~5日)		預かり保育⑩ 夏期研修会(上級)①
5	金	授業料納入日		桐生祭・子どもこし参加(全員) 夏期研修会(上級)②
6	土			
7	日		樹徳中学校入試説明会①	
8	月		夏期補習(3年)(~10日)	預かり保育⑪
9	火		3年生NHK全国音楽コンクール群馬県大会	預かり保育⑫
10	水	中学生1日体験入学打ち合わせ		預かり保育⑬ 夏期研修会(初級)①
11	木	山の日		夏期研修会(初級)②
12	金	10/9 振替休日		預かり保育⑭
13	土	盂蘭盆会(~16日)	盂蘭盆会(~16日)	盂蘭盆会(~16日)
14	日			
15	月			
16	火			
17	水	登校日② 大掃除 就職者校内選考 マイトリ-基金抛金日 女子制服ファッション・ミス	登校日②	預かり保育⑮
18	木	中学生1日体験入学①	夏期特別補習(~28日)	預かり保育⑯
19	金	中学生1日体験入学②		預かり保育⑰
20	土	3年学研VSP模試③	樹徳中学校モギ試験①	第2回入園見学会・説明会
21	日	1・2年河合塾模試②		
22	月			預かり保育⑱
23	火	漢字検定②-1		預かり保育⑲
24	水	全国高P連大会(~24日)	1・2年合同高原学校(~26日)	預かり保育⑳
25	木	関東地区私学保護者連合会研修会(横浜)		第2学期始業準備 職員会議
26	金		1・2年合同尾瀬高原学校(~28日) 大学見学(群大理工) 3年	第2学期始業式 給食開始 平常保育
27	土	3年河合塾記述模試②		
28	日			
29	月			
30	火			
31	水			

※ 1日は高等学校・一貫校・幼稚園の校内安全点検日です



樹徳高等学校
樹徳中学校
樹徳幼稚園

[Web] www.jutoku.ed.jp [Mail] office@po.jutoku.ed.jp

〒376-0023 群馬県桐生市錦町一丁目1番20号
TEL 0277-45-2258 FAX 0277-47-1671

〒376-0022 群馬県桐生市稲荷町4-12
TEL 0277-45-2257 FAX 0277-45-2262

〒376-0013 群馬県桐生市広沢町三丁目4475
TEL 0277-53-5571 FAX 0277-53-5572

発行責任者 野口 秀樹
印刷所 太陽印刷工業株

夢は大きく 根はふかく