



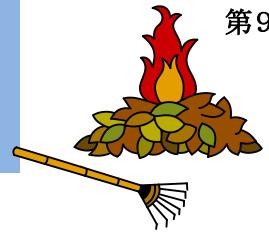
# 西中だより

「愛と笑顔が輝く  
県下に誇れる桶川西中」  
桶川西中学校イメージキャラクター “にしほん”

桶川市立桶川西中学校

令和7年1月25日

第9号



## 脳には癖がある

ゆずり葉学級主任 木村 雅昭

『あの人はスポーツもできて、礼儀正しいので、成績もきっと優秀なのだろう』

たいした根拠もないのに、人をこのように判断してしまうことはありませんか。本当にその人の成績を知っているわけではないのに。実際にはそんなに成績はよくなかったりして、「え～？ そうなの。意外だな」なんて思うことはよくありませんか。このように根拠があいまいなのによく無意識に思ってしまうようなことは、実は人間の“脳の癖”が要因にあるようです。私たちは様々なことを脳で処理をしています。でも、何でもかんでもじっくりと考えていたら時間もかかるし、頭も疲れてしまいますがね。だから、人間の脳は必要に応じてじっくりと考えることを手抜き（省エネ）するように作られているようです。そのことを、ちょっと難しい言葉ですが『認知バイアス』といい、その種類はなんと100種類以上もあるようです。いくつか紹介します。

ある点で優れているものを持っていると、関係のない他の点でも優れているとみられる。これは、冒頭の『あの人はスポーツもできて、礼儀正しいので、成績もきっと優秀なのだろう』という例のことですが、これは“ハロー効果”といいます。『あの人は忘れ物が多いので、だらしがない人に違いない。』と思ってしまうのは“ホーン効果”といいます。何らかの劣った点があると、関係のない別の点も劣っているとみられることです。繰り返し接する情報を真実だと受け止めやすくなる“真実性の錯覚”というものもあります。これは『YouTubeで毎日流れているし、その情報が広まっているよ。ちょっと疑わしいけどそれは本当かもしれない。友達に伝えてみたいな』みたいなことです。フェイクニュースが信じられてしまう原因とも言われています。『周りがやっているから、よく分からぬけど同じようにやっちゃおう。』中学生だけでなく、大人だってよくやりますよね。これは、他人の行動に合わせ、自分も同じようにふるまってしまう“同調性バイアス”といいます。『行列の出来ているこのラーメン屋はきっとおいしいに違いない。』『このシャーベン、クラスでみんな使っているので、自分も欲しくなっちゃった。』のように、多くの人が支持していたり、そういう行動を見たりすると自分もそれをやりたくなってしまうのは“バンドワゴン効果”といいます。初めて会った友達が、無愛想な態度を取っただけで、「この人は冷たい人だ」と決めつけてしまうことはありませんか。これは、最初に出会った印象に引きずられる“第一印象バイアス”といいます。アンコンシャスバイアスといって何かを見たり、聞いたりしたときに無意識に「こうだ」と思い込むことがあります。「眼鏡をかけている人ははじめだろう。」「ピンク色のハンカチは女の子のものかな。」など。他人のことを無意識に思い込むことや「自分はきっとこれは無理だ。」「どうせ話を聞いてもらえない。」など自分自身に抱いているものがあるようです。

ほんの一例でしたが、よく陥ってしまうことばかりのような気がします。みなさんはどうですか？

よくあることではあるのですが、この脳の癖により、他の誰かや自分自身が困ったり、つらくなったりするならば、『脳の癖が出ているぞ』って自分で自分に注意できるといいかもしれませんね。そうすることで悩んでいる人の悩みが少し軽くなったり、困っている人が前向きに物事を進められるようになったりするのではないかでしょうか。

「どうせ」「みんな」「普通は」といった決めつけの言葉が自分から出ていたらこの脳の癖が強く働いているかもしれません。ちょっと、自分の脳に問い合わせてみるといかもしれませんね。

# 12月 の主な行事予定

日	曜	行事予定
2	火	3年第三者面談①(3年4時間)
3	水	3年第三者面談②(3年4時間) 西中タイム(講話)
4	木	3年第三者面談③(3年4時間)
5	金	3年第三者面談④(3年4時間) 1年ウィンタースクール保護者説明会
8	月	3年第三者面談⑤(3年4時間)
10	水	西中タイム(表彰) ゆずり葉学級校外学習(川越)
12	金	⑤⑥ふれあい講演会
16	火	⑥学校保健委員会 ゆずり葉学級合同学習会
17	水	西中タイム(環境委員) 1年ウィンタースクール前健康診断
22	月	給食終了
23	火	40分授業 大掃除
24	水	終業式 3年通知書配付
25	木	冬季休業日(~1/7) 3年通知書に係る受領書回収日(午前中)
28	日	学校閉庁日(部活動なし)(~1/4)

# 1月 の主な行事予定

8	木	始業式 フッ化物洗口保護者説明会
9	金	給食開始 3年南部校長会テスト 1・2年実力テスト
13	火	西中タイム(3年生を励ます会) 委員会
14	水	1年ウィンタースクール事前指導
15	木	1年ウィンタースクール(~1/17)
19	月	1年振替休業日

## 西中フォトギャラリー

10月29日(水)に、校内音楽会を市民ホールにて実施しました。ベルの美しい音色や気持ちのこもった歌声が響き、聴く人に感動を与えました。



## お知らせ

### ①学校評価へのご協力をお願いします。

令和7年度の本校の教育活動について保護者の皆様にアンケートを実施し、次年度の教育活動の改善・充実を図る資料としたいと思います。eメッセージ等で送付しますので、ご回答くださいますよう、よろしくお願ひいたします。(回答期限12月8日まで)

### ②令和8年度新1年生より体育着を下記の通り変更します。

#### 【変更点】

- 体育着（上）
- ・色が白から紺に変わります。
- ・プリントは学年カラーでなく全学年共通で白になり、名前の部分は刺繡になります。