



夏休み、自分で自分をコントロール

～ 7.20 オンライン終業式 ～

7月20日（水）、1学期の終業式は、直前に新型コロナウイルス感染症による学級閉鎖、部活動停止のクラス・部が出る状況になったため、オンライン（リモート）形式で行いました。自宅待機を余儀なくされた生徒には、一人1台端末（タブレット）を通じて終業式の様子を配信するという初めての試みではありましたが、何とか1学期を締めくくることができました。

私からは、35日間の夏休みを迎えるにあたり、生徒に対して2つの願いを伝えました。一つ目は、命や体を大切にしてほしい、ということです。当たり前ではありますが、最も大切なこと。世の中、ほとんどのことはやり直すことができますが、命だけは取り返しがつかないということを話しました。

二つ目は、自分で自分をコントロールしてほしい、ということです。これは、学校目標にも掲げている「自律」にもつながることで、長い期間、行き先を見失わずに進んでいくためには、自分に「ルーティン」を課すことをお勧めしました。何か簡単なことでもいいので、続けることで自分に力を与えてくれること、あるいは、そのことをやることで心が落ち着き、前向きな気持ちになれることを毎日続けてみてほしいと伝えました。

そして、例として「アメリカ大リーグの大谷翔平選手は、なぜ世界最高峰のリーグで歴史を塗り替えるような大活躍をできるのか？」という話を添えました。

もちろん、細心の科学的トレーニングやデータ分析を取り入れていることもありますが、大谷選手が野球を始めた子どもの頃、コーチであった父親と交わした約束、

「①一生懸命 元気・声を出す」

「②一生懸命 キャッチボールをする」

「③一生懸命 走る」

をプロになっても基本的には変えずにやり続けていること、つまり、野球に取り組む姿勢を変えないことが誰も真似できないような活躍ができる最大の理由ではないかと言われていることを紹介しました。

大谷選手が、あるインタビューで、

「やれば誰でもできることを続けてやるのが大事」

「一日一日重ねるたびに、足りないところが見えてくるし、まだまだうまくなることを感じるができる」

「そして、やることがまだまだたくさんあるということは、すごく幸せなこと」

と語っていたのが、私にはすごく印象に残っています。なかなかその境地に立てそうにありませんが…。

とにかく、夏休みをできるだけ自分の力で過ごしていくために、自分なりの計画を立て、目標をもって前に進んでほしいものです。特に3年生は、自分の進路に具体的な道筋をつけて学習に取り組む時期です。まずは生活習慣を整え、これまでに重ねてきたすべての頑張りの上に一つでも多く積み上げられるように、挑戦する夏にしてほしいと思います。

さて、10日ほど過ぎましたが、リズムはできましたか？

祝 九州・全国大会出場

県中体連 柔道女子(個人)優勝

7月中旬から下旬にかけて、連日の猛暑の中、県中体連及び吹奏楽コンクールが県内各地で行われ、本校の生徒が躍動しました。

柔道女子(個人)では、木下萌菜さん(3年)が見事に優勝を飾り、九州大会及び全国大会の出場を決めました。

その他にも、陸上の男子砲丸投げで笹山拓海さん(3年)が7位入賞、ソフトテニスの女子個人で吉村希彩さん・山崎璃奈さんペア(いずれも3年)がベスト16に入るなど、どの部活動も最後まで全力プレーで健闘してくれました。

県大会・コンクール直前にコロナ感染者や要待機者となり、出場できずに終わってしまったり、最後の仕上げが出来なかったりして悔いが残ってしまった人もいたと思いますが、そのことでこれまでやってきたことが否定された訳ではありません。むしろ、その経験を今後にどのように生かすのが大事です。人間の価値は、逆境の中でこそ試されるのではないかと思います。

6.23 沖縄、8.6 広島、8.9 長崎、 8.15 終戦記念日を語り継ぐ

本校では、8月の登校日に平和集会を行うことが恒例になっています。今年は、コロナ感染者が再び増加していることもあり、リモートで「夏服の少女」(NHKアーカイブス)のDVD鑑賞を中心に行いました。

終戦から77年。今の私たちの暮らしは、沖縄戦や広島、長崎の原爆など第二次世界大戦で犠牲になった方々の延長線上にあります。私たちの住むみやき町も無関係ではありません。若くして徴兵され、命を落とされた方、また、それほど遠くない周辺の町でも空襲等があり、亡くなられた方やその遺族・子孫の方々がおられます。

生まれるはるか前のことを想像するのは難しいことではありますが、私たちが語り継がなければ、この

苦い歴史はなかったことになってしまいます。

この夏、新聞やテレビなどで「戦争」や「平和」のことを見聞きする機会がどこかであると思います。あるいは、戦争を経験された親類の方に話を聞くことができる機会があるかもしれません。ぜひ、中原中の皆さんにも、夏に訪れるこの4つの日を毎年しっかり受け止めて生きていってほしいと思います。

折々の魚たち④ 錦鯉

今回は、「平和」つながりで、錦鯉を紹介します。「平和の象徴」と言えば鳩をイメージする人が多いと思いますが、魚の中では、錦鯉が「平和」を象徴する存在だと言われています。

錦鯉は、池の中にボスがいたり、他の動物のようにテリトリーをめぐって仲間を攻撃したり、いじめたりするということがありません。確かに、私も昔、家に池があり、錦鯉を何尾か飼っていましたが、そのような姿は見たことがありません。性格はおとなしく、私たち家族の足音を聞いただけで集まってくるほど人懐っこいところが魅力でした。

新しい錦鯉を池や水槽に入れても、すぐに群れの中に溶け込み、まるで同じ家族や昔からの仲間同然に泳ぎ出し、餌も仲良く食べ合う・・・そんな争いごとのない錦鯉の、優雅な泳ぎ姿を眺めていると、ストレスも解消され、癒しをもらえます。

もともとは普通の鯉から突然変異で生まれた錦鯉。その後、人間の手で品種改良が重ねられ、現在は二十数品種にも及ぶそうですが、同じ種類であっても同じ模様の錦鯉は一尾もないそうです。それでも他者をすぐに受け入れる、そんな錦鯉のような度量の広さをもちたいものですね。