

令和4年7月9日

保護者の皆様へ  
生徒の皆さんへ

校長 上野勝敏



# 調布北 校長だより 第58号

令和4年度 第6号



7月になり連日の猛暑に悩まされる毎日です。それに追い打ちをかけるように新型コロナの新規感染者数が大幅に増えて、様々に困惑をする毎日となっています。しかし学校では合唱祭に向けて生徒達の奏でるハーモニーに癒される毎日となっています。7月14日は保護者の皆様に参観いただくことは叶いませんが、是非後日DVD等で鑑賞いただきたいと思います。

昨日は元総理大臣が銃弾に倒れるという驚天動地のニュースもあり、ウクライナ戦争で心痛めている生徒達に暗い影を落とすような事案に遭遇しました。こんな時にこそ心を支える温もりが必要です。合唱祭が生徒の心を安寧にする働きを持つことを確信しています。学校では生徒達の健全育成に向けて引き続き教職員一同協働いたします。引き続きのご支援何卒よろしく願いいたします。

## <今日の言葉>

いい一日は

あるもではなく創るもの

いい一日を創ろう

### こんな時こそ・・・

暑い夏を迎えています。3年生は受験勉強に没頭する夏になります。受験生は通常の授業から離れて日々不安と戦うことになります。今日はそんな不安な時に視点の転換を試みてほしいとの願いを込めて記載します。

先ず皆さんにこれまでも繰り返し呼びかけてきましたが、受験は楽しむものであり、贅沢なことなのだと改めて伝えたいと思います。その視点で発想の転換をしてもらえればと思います。

私が発想の転換を促す理由は、人間は1つのことに集中すると多様性を失い、一方通行の考えに固執する傾向があるからです。人間は少しビタミンが足りないと思うと、みかんに手を伸ばすようなバランス感覚を保持しています。少し頭が疲れたと思ったら、皆さんにある五感のバランスを調整するような行動をとって発想の転換を試みてください。

例えば、昼間の時間に気分を変えたいと思えば、散歩に出ることは有益です。時には公園の日陰のベンチにでも座って足元の地面を見ると良いのではないかと思います。一般的にはこの時期にサクラアリがかなり活発に活動している筈です。他にもクロオオアリやクロヤマアリもいると思います。50℃を超

えているような灼熱の地表を、アリが普通に歩いている姿に、漠然と生物の多様性を実感します。みんな生きている。生かされていると感じます。

また夜に疲れたと自覚した際は空を見ることです。東京の空に期待はもっていないかもしれませんが、そうでもありません。夏の夜空を眺めると、天の川の流れに沿って、はくちょう座やわし座、さそり座など有名な星座たちを見ることができます。8月になれば21時頃には夏の星座が出そろいます。近眼になりかかった貴方の眼にも流星の1つぐらいは見える筈です。宇宙の繋がりを感じる瞬間に、私などは「死ぬこと以外はかすり傷」等のキャッチーな言葉が蘇ります。

五感がバランス力を発揮してあなたに多様性や無限を感じさせてくれます。是非、上手に気分転換を図ってください。

山登りは辛いですが、登頂した時の幸福感を得るためには、その辛さが必要不可欠です。辛さがあってこそ、幸せを感じることができるのだと思います。辛いという感覚は、幸せを味わうためのスパイスのようなものなのかもしれません。勉強も人生のスパイスの一つだと思えば、楽しく感じてきませんか。

このように気持ちを楽にして発想の転換を試みたり、自然を感じてリフレッシュしたりすることで、勉強の重圧が軽くなり、モチベーションも高まってくるのではないのでしょうか。

そういえば先週の休みに、私は昔録画していた寅さんの映画（「男はつらいよ」）を見ました。その映画で寅さんの甥の満男君との会話が私を幸せにしました。こんなセリフがありました。寅さんが旅に出るために柴又の駅に向かいます。寅さんは見送りに来てくれた満男君に、薄っぺらな財布から参考書でも買えと千円札数枚を渡します。そして満男君が持ってくれていたカバンを受け取るのです。

満男 「伯父さん」

寅 「何だ？」

満男 「人間てさ」

寅 「人間？ 人間どうした？」

満男 「人間は何のために生きてんのかな？」

寅 「何だお前、難しいこと聞くなあ、ええ？」

寅さんはしばし考えます。

寅 「うーん、何て言うかな。ほら、ああ、生まれてきてよかったなって思うことが何べんかあるじゃない、ね。そのために人間生きてんじゃねえのか」

満男 「ふーん」

寅 「そのうちお前にもそういう時が来るよ、うん。まあ、がんばれ、なっ」

乾いた心になぜか潤いが蘇る気がします。その感じ方はそれぞれですが、私は心が軽くなるような気分になりました。疲れたあなたを小説や映画が救ってくれることもあります。時には勉強したご褒美に大好きな1冊や1話を自分にプレゼントしてやってください。

私たちは幸せになるために生きています。受験勉強の中でも、幸せを感じる余裕をもちましょう。

【問合せ先】 副校長 大塚 香

TEL042 (487) 1860