

春 告 草

第 98 号 平成 30 年 3 月 9 日 進路指導部発行

卒業を迎える君へ

明日は卒業式。3 期生の皆さんとの別れはさみしいが、前途ある若者達を教職員一同、拍手で送りだそうと思います。3 期生が特にお世話になった担任の先生方に祝福のメッセージをお願いしたところ、各先生方とも快く引き受けてくださった。先生方の思いを受け止め、元気に巣立って行ってください。

道を切り開け

A 組担任 島 田 功 一 郎

3 期生の皆さん、卒業おめでとう。6 年間、君たちの進路選択や進路実現の支援をしてきましたが、この先も大学等で次の進路選択や進路実現への道は続きます。そして今度は自らが道を切り開いていくことになります。そこで、道を切り開くために、次の五つの要素「か・き・く・け・こ」を身につけるよう意識してもらえたらと思います。

- か … 関 心 : 専門外のことに興味を持ち、人間としての幅を広げましょう。
- き … 協 力 : 一人よがりにならず、他の人と物事を成し遂げる経験を積みましょう。
- く … 工 夫 : 現状を省みて、よりよい状態、よりよい方法を常に追求しましょう。
- け … 継 続 : 怠けず、あきらめず、一つのことに粘り強く取り組みましょう。
- こ … 克 服 : 困難に遭遇しても普通のことだと思い、冷静に対処しましょう。

卒業後もさらに活躍することを祈ります。

人生に幸あれ！！

B 組担任 北 洞 拓 郎

卒業おめでとう。そして、最後まで受験勉強よく頑張りました。入試日が近づくにつれて、緊張や不安に押しつぶされそうになったと思います。結果は大切ですが、全てではありません。この 1 年間、本気で受験と向き合い、仲間とともに努力し、挑戦した経験は、皆さんのこれからの人生において大きな財産となることと思います。4 月からは、また新しいチャレンジが始まります。自分が信じる道を、全力で歩んでください。きっとそこには、また素晴らしい出会いが待っていると思います。3 期生諸君の人生に幸あれ！！

贈る言葉

C 組担任 内 野 良 昭

卒業おめでとうございます。忙しい中等学校での生活も終わりです。密度の濃い 6 年間でしたね。たくさんのことを吸収してきたと思います。4 月からの生活には、うるさく指示する人はいません。自分で考えて行動していきます。自分に大切なこと、社会に大切なことを見極めて、良き人間として、周りの人と仲良く過ごしてください。人を幸せにすることが、自分が幸せになる最良の方法だと思います。

君たち一人ひとり本当に素晴らしい生徒諸君でした。私は君たちに大変助けられました。本当にありがとうございます。また会えることを楽しみにしています。そのとき君たちがどこで何をしているか、どんな話をしてくれるのか、超～楽しみにしています。^^

逆説的な本当

D組担任 齋藤桂子

いつ果てるとも知れぬ3期生とのせわしない日々のなか、別れを感じ始めたのは6年の文化祭です。まぶしすぎる2期生と折に触れ比べられるこの学年がいじらしくもありましたが、最後の文化祭は私のよき思い出です。普段とは違う顔つき、態度。大勢の来客を前にしたみんなは、親や教員の手を離れた一人前の仕事人でした。大人への道を生徒が着実に歩んでいることに嬉しい別れを感じたのです。明日はついに「嬉しい別れ」の日を迎えます。私のこの逆説的な思いを、3年間の時をともにしたみんなにはわかるとと思います。

卒業おめでとう

前期課程 3年B組担任 永田美枝

これからの人生には、嬉しいときも辛いときもあるでしょう。あなたの頑張り次第でいくらかでも未来を変えることができます。どんな時も笑顔を忘れず、夢を叶えるための努力を惜しまないでください。努力がむだになることだってあるでしょう、それでも、立ち止まることなく、前に進んでいく勇気を持続けてください。

あなたたちなら、必ずできると信じています。

Ever tried. Ever failed. No matter. Try Again. Fail again. Fail better.

前期課程 3年C組担任 依藤弘道

やることなすこと、何もかもうまく行かなかったとしても、気にすることはない。

またやって、また失敗すればいい。

前より上手に失敗すればいい。

サミュエル・ベケット（劇作家）

人生は「初めて」直面する事の連続である。

人間関係、仕事・アルバイト…初めての子育て、二回目の子育て…親だって、

皆さんがこれからなる「大人」だって。

「初めて」のことに失敗はつきものだ。

Good Luck.

3期生の卒業によせて

前期課程 3年D組担任 前田 亨

もう、卒業なのですね。長くてあっという間の6年間でした。みんなはどう思っていますか？

3期生の卒業を目の前にして、自分がみんなに向けて書いた文章（学級通信が中心ですが…）を読み返し、改めて前期課程の時のいろいろなことを思い出しています。ここには書ききれない本当にたくさんのことがありました。いつかまた会った時に三鷹での思い出話をしましょう。

卒業おめでとうございます。

（もと3Dのみんなへ 学級通信「3Dの証」は前期課程アルバムに挟まっていますか？）

自己研鑽できるチャンス

前期課程 1年B組担任 大山美穂子

3期生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。4月から新しい生活が始まりますね。高校卒業から社会人になるまでの数年間が一番、自分の時間が持てる時期です。この時期を是非、有意義に使って下さい。受験でお疲れだとは思いますが、進学しても、しっかり勉強しましょう。専門分野に精通している教授が身近にいて、じっくりと腰を据えて好きな勉強に取り組める、こんな恵まれた環境はありませんよ。自己研鑽できるチャンスです。もちろん、勉強だけでなく、サークル活動やアルバイト、ボランティアなど新しいことに挑戦し、充実した日々を送って下さい。皆さんの今後の活躍を期待しています。

（都立墨田川高等学校）

キャリアを考える ～自分の可能性を拡げるために～

三鷹中等での6年間の学校生活が終わる。誕生してから小学校へ入学するまでの6年間、小学校に通った6年間、そして鷹校生としての6年間。おそらく、最も中身の凝縮した6年間を過ごしたのではないだろうか。使用前、使用後ではないが、入学前の自分と、今の自分を比べてみると、随分と頼もしく成長した自分に気づくことができるはずだ。

さて、苦しかった受験勉強と入試を走りぬき、憧れた志望校の門がついに開く。

またある者は、開かなかった門を来年こそは開けてやろうと、再チャレンジする。苦しい受験勉強がまた始まるが、次の1年間は、この1年以上に君を成長させてくれるはずだ。Walk with your head held high! 上を向いて歩こう!

自分の未来へ向けての再チャレンジだ! 下を向くことはない。頭を上げ、しっかりと自分の目標を見据えて、歩き出そう。

6年生の皆さんへ届ける春告草も今回が最終となる。4月から次のステージで新生活を始める人にはもちろんのこと、1年先延ばしにした人にも、待っている学校生活をより豊かに、実り多いものとするためのアドバイスを送っておきたい。

それは、有意義な学校生活を送るには、「キャリア」を意識することが大切だということ。

「キャリア」の意味を考えながら、将来に備えて次の学校生活をどのように送れば良いのかを考えてみたいと思います。

●キャリア＝歩んできた軌跡＝今の自分を形成するもの

「キャリア」とは、その人がたどってきたこれまでの選択の結果である。人は生きる過程でさまざまな場面に直面し、そこで数ある選択肢の中から進む道を選んで人生を歩んでいく。そうした選択とそれに伴う経験が積み重なった結果として、現在の自分があるのだ。

キャリアの語源は、馬車(carriage)の轍とされている。車が通り過ぎた後に残る車輪の跡のように、その人が歩んできた軌跡がキャリアだ。皆さんにも18年間のキャリアがある。学校などで取り組んだこと、家族との時間、先生や友人との出会い、読んだ本、地域活動、出来事の数々…を通した経験をもとに今のあなたが形成されてきたのだ。

三期生の皆さんは、三鷹中等というステージを終えて、次の学校でのキャリアを考えなければいけない。卒業までに大きく成長して社会に出ていくには、どのようにキャリアを重ねていけばいいのだろうか。入学前の今だからこそ、それをじっくり考えてみよう。

●職業だけで先を考えていては対応できない時代に

「キャリア」と聞くと、何か仕事に関わることに感じ、自分にはまだ関係ないものと思うかもしれない。しかし、キャリアとは今の自分につながる過去の軌跡だ。仕事をしているかどうかは関係ない。これからキャリアをどう築いていくかを考えることは、これから大学生になる人、社会人、定年を迎えた人など、今を生きるすべての人に共通するテーマなのだ。

かつては「キャリアの選択」というと、「職業」の意味で狭く捉える傾向があった。企業が従業員を丁寧に育てることができた時代であれば、人は就職すれば定年まで雇用が続き、その間のキャリアは会社が作ってくれたかもしれない。そのような時代には、キャリアは仕事を選ぶときに向き合うもの、と考えても良かったかもしれない。

しかし、時代は変わった。企業はグローバルな競争にさらされ、早いスピードで技術革新を続けていかなければ、勝ち残れない世の中だ。多くの企業では、昔のように従業員を育てるのが難しくなっている。技術の変化で事業内容が変化したり、大企業であっても存続が難しい時代になってきた。また結婚や子育てなど、仕事以外の生活も視野に入れて、職業キャリアを考えることも大切である。

これから先、長い人生があるからこそ、社会はそうに変化の激しいものだとして理解していなければならない。

●三鷹自分スタンダード 変化する環境に左右されない「自分」という基準を

変化が激しく先が読めない社会では、仕事や地位といったものは、この先も同じように存在するかどうか分からない。技術革新などにより10年後には、今ある仕事のいくつかはなくなり、新しい仕事生まれ、職場の環境は激変しているだろう。仕事・年収・地位など外的キャリアを基準にキャリアを考えることは難しい時代に突入していくのだ。

これからは、社会の変化に左右されない「自分」という基準を確立しておくことが、とても大事になってくる。「自分はどんなことにやりがいや喜びを感じるか」という点を大事にして、キャリアを考えていかねばならない。自分スタンダードだ!

●CAN・WILL・MUSTで進むべき方向を探る

キャリアを探す際のキーワードは、CAN、WILL、MUST。自分はどんなことにやりがいを感じられるのか、この3つのキーワードをもとに具体的に考えてみよう。

CANは自分が得意なこと。好きだからずっと続けられること、人よりもうまくなれることは、どんなことだろう。それは勉強

だけにとどまらず、絵を描くこと、コミュニケーションをとるといったことでも構わない。

WILLは自分が興味や関心を持ち、それをやってみたいと思うこと。意思をもって取り組みたいことは何だろう。

MUSTは自分がやるべきと考えること、価値を感じること。どういったことに意義や使命感をもって取り組めるだろうか。

過去を振り返ってそれぞれ書き出してみよう。自分の過去を具体的に見直すことで、自分を理解し、それに合ったキャリアを考えやすくなるだろう。

●多様な人との交流 新しい経験を重ねて自分を相対化する

しかし、自分で自分を振り返るのには限界がある。自分が持っている「自分像」と、他人が見ている「あなた像」とは異なっていることが多いものだ。

また、これまでは学校という限られた環境で生活しているので、経験や知識も限定される。社会経験もまだないので、現実的な判断がしにくい状況もある。

若い人が、自分のことを理解し、キャリアを考えられるようになるには、いろいろな経験をして視野を広げて、自分を相対化＝客観視する機会を重ねることが必要なのだ。

自分を知るには、多様な人と関わるのが有効。経験、考え方、価値観といったバックグラウンドが異なる他者と接することで、自分を相対化することができる。他人と異なる点を感じながら、自分という輪郭が少しずつ見えてくるだろう。また、人と接すれば他人が自分をどう見ているのかも伝わってくる。そうしたことが手がかりにして、自分という人間が徐々につかめてくるものだ。

●人から学び視野を広げる 失敗も自分を知る経験に

人と接する過程で、多くのことを学ぶことができるだろう。今まで知らなかった知識、考え方、価値観、方法論…それらについて自分が最良と信じていたものが、人と接することでどんどん更新されていく。「自分はこう考えていたけれど、そういう考え方もあるのか」と思ったとき、あなたの視野はひとつ広がったのだ。

そのようにして情報を吸収・蓄積して、視野を広げることで、自分に合ったキャリアを探しやすくなる。狭い環境に閉じこもっていても、自分や世の中に対する誤解に気がつかず、社会とのミスマッチを起こしてしまいかねない。

多様な人と接したり、いろいろな経験をしていくと、ときには人と衝突したり、失敗をすることもあるだろう。しかし、それも経験のひとつ。失敗によって人は成長できる。学生の間はどんな失敗も許されるが、社会で失敗をしては挽回するのが大変だ。学生の間は失敗を恐れてはいけない。

●自分の道を決めつけない まずは自分を知ることから

キャリアを考える際の注意点としては「決めつけないこと」。現時点の自分像をもとに将来を決めつけてしまうのは危険なことである。まだ本当の志向や能力を把握できていない状態で「自分にはこの道しかない」と決めつけては、その他の可能性を排除してしまうことになる。また、社会環境が変わったときに、方向転換することが非常に難しくなる。

学生の間は外の世界に出て、自分を客観的に知る努力をまず重ねてみよう。自分を知って、進みたい方向性が見えてきた後に、納得する進路が見つかるものだ。

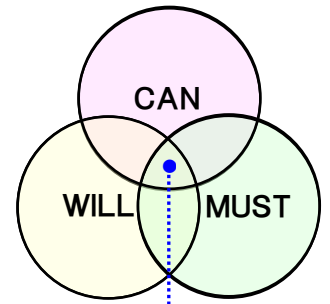
●何にでも意欲的に取り組み、ステップアップの機会に変える

次のステージでは興味のある無しに関わらず、さまざまなことに挑戦しよう。何にでも意欲的に取り組む人には、最良のキャリアを得る機会に巡り合えるものだ。

「キャリアの8割は偶然の出来事や出会いによって決定される」という。その偶然を活かして自分の「糧」とするためには、好奇心や持続性、柔軟性などが求められる。偶然で決まるなら準備しても仕方ない、と考えるのではなく、自分にとって意義のある偶然を作るように積極的に行動を起こすことや、周りの出来事へのアンテナを高くしておくことが重要だ。いろいろな機会を、それが将来につながるものとして意欲的に取り組める人は、自分にとって最良のキャリアを引き寄せることができるだろう。

どんなことも将来の自分につながっている。自分の周りにある多くの資源を有効活用し、社会へと羽ばたく準備を整えていこう。

卒業おめでとう。皆さんの未来に幸多かれと祈ります。



CAN, WILL, MUSTの3つが交わったところに、自分の能力を活かしてやりがいを感じられることがある