

公孫樹

東京都立
豊多摩高等学校
令和7年7月
第67号
東京都杉区
成田西2-6-18
TEL 03(3393)1331

「ジャーネーの法則」に打ち勝とう！

学校長 高見澤 健吾

「ジャーネーの法則」というものを聞いたことがありますか。19世紀、フランスの哲学者であるポール・ジャーネが提唱したもので、年齢を重ねていくと人生における1年の比率が小さくなるため、体感として1年が短く、時間が早く過ぎると説明しています。50歳の1年の長さは人生の50分の1ほどで、5歳にとっては5分の1に相当する。つまり50歳の10年間は5歳にとつての1年間に当たる。さらに、体感的には20歳で人生の70%を終え、20歳から80歳くらいまでの長い年月は、0歳から20歳までの体感時間と同じとまで言われています。脳の活動量が関係し、新しい刺激があると脳が活性化し、時間がゆっくりと流れているように感じ、逆に少ないと脳の活動量は低下し、早く流れていると感じるようです。確かに子どもの頃は、日常生活でさえ新しい発見があり、刺激に満ちていて、1日が長く感じられていました。現在の私と云えば、生活がある程度予測でき、新しい情報を整理する必要が減り、時間の経過が早いと感じることがあります。なんとか脳の省エネモードを食い止めるべく、仕事やプライベートを問わ

ず、目標をもち新たな取組や自己のスキルアップにつながることに挑戦しようと思がけています。4月からの豊多摩高校での新たな生活はチャレンジングで刺激があり、当然ハイモードに切り替わっています：

学友の皆さんはどうでしょうか。豊多摩高校では濃密で刺激的な3年間を過ごすことができます。ただ、受け身ではなく、自ら選択した時間を過ごすことが大切です。スマホでのSNS視聴やゲームにより、情報を受け取る受け身の時間が多くなっていますか？目標を立てて何かに情熱をもって取り組むことで充実した時間が過ごせます。さらに10代をそのように過ごした人は、その後の人生も自分から行動でき、刺激的で充実したものになっていくと思います。過ぎゆく時間を受け身で過ごすのではなく、自分の大切な時間を自ら選択して過ごしていく。そんな風に生きていく人になってほしいと思います。ともに打ち勝ちましょう！

Touch the Sky! TOYOTAMA!



「人間形成の道」

副校長 土崎 祐一郎

「能楽」の作者であり役者でもある世阿弥の言葉に次のようなものがある。

是非初心不可忘
時々初心不可忘
老後初心不可忘

人間は弱いものだから、はじめに何かをしようとして決意しても、それを忘れてしまったり、あきらめてしまうこともある。それでももう一度やり直して新たに出発すればそれでも良いと思う。この繰り返しの中で何かを学び、人間的に成長できると私は信じている。ただし、人間として成長するためには、家族や友人、先輩や上司、後輩や部下、あるいは先生や師匠などこれらの人間関係の中で学んだり、会話をしたり、遊んだり、競い合ったり、協力したりしながら自分で考えて行動することが大切である。本校は、教科の学習活動以外に学友会を中心とした各種委員会活動、文化部・運動部活動、合唱コンクールや記念祭、体育祭などの学校行事が大変充実している。学友の皆さんには、仲間たちと共にこれらを全力で精一杯取り組み、更に成長することを期待している。

「合唱コンクールを終えて」

生徒保健部 城田 美咲

6月11日木曜日、今年度も無事に合唱コンクールを終了することができました。お忙しい中、会場まで足をお運びいただいた保護者の皆様、



当日の運営や広報活動に携わっていただいたPTAの皆様、多大なるご支援ご協力を賜り、誠にありがとうございました。皆様のご理解ご協力により、円滑に運営を進めることができました。心より御礼申し上げます。

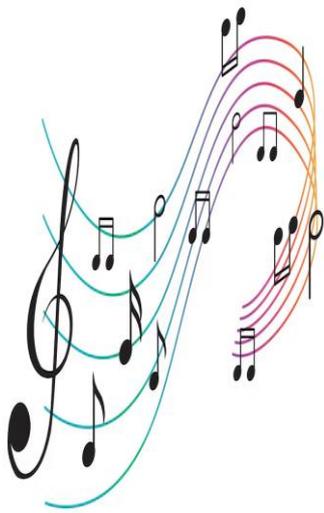
府中の森芸術劇場の改修工事を受け、昨年度は別会場での実施となりましたが、今年度は再び府中の森芸術劇場に帰ってくる事ができました。客席数207席、普段はオーケストラのコンサートやオペラ公演でも使用されている「どりーむホール」での合唱コンクール、学校行事でこんなに素晴らしいホールで合唱演奏ができる学友たちが羨ましくて仕方ありません。舞台上から見た景色や、その場で感じたであろう緊張感や高揚感は、学友たちにとって生涯記憶に残る経験になったのではないのでしょうか。

さて、学友の皆さん、今年度の合唱コンクールはいかがでしたか？自由曲選曲、パート決め、音取り練習、全体練習、リハーサルなど、さまざまな過程を経て迎えた本番の舞台で、皆さんは何を想いながら演奏しましたか？当日は舞台袖から皆さんの演奏を聞かせてもらいましたが、どのクラスの演奏も熱意や力強さを感じられるもので、集中力のある素晴らしい演奏だったと思います。特に今年度は抑揚（強弱・フレージング）の表現に磨きがかかっており、審査員の先生方も「高校生のレベルではない！」と驚かれています。しかし、その中でも、最優秀賞クラスをはじめとする3年生の演奏は、技術力の高さだけでなく、聴衆の心を揺さぶる力もつ感動的なものでした。学友同士でぶつかり合い、悩み、辛い思いをすることも多々あったと思

ますが、一つの旋律を美しく歌い上げるために、一つのハーモニーを澄んだ響きに仕上げるために、クラスの学友と団結し、妥協することなく一つの音楽を創り上げた今回の経験は、皆さんが抱く「こうしたい」「こう在りたい」という将来の希望や夢を実現させていくための原動力になっていくことを確信しています。

また、日々のキーボードの貸し出しから、会場の下見、当日の誘導・警備・進行・清掃に至るまで、本番の裏では、行事委員をはじめとする多くの学友が動いてくれました。主体的で責任感溢れる皆さんの活躍無くして、合唱コンクールの成功は成し得ませんでした。各委員の皆さんは、来年度以降の合唱コンクールより素晴らしい行事となるよう、今年度の課題を明確にし、運営方法をブラッシュアップしていきましょう。

最後になりますが、今年度も行事担当兼音楽科として、皆さんのエネルギーに満ちた素晴らしい音楽活動に携わることができて、本当に幸せでした。全学友の皆さん、ありがとうございました。引き続き、皆さんの創造力・行動力を目の当たりにできることを楽しみにしています。



異動

教職員の個人名は、HP上では

カットしております。

ご了承ください。