

生徒の皆さんへ

副校長 宮脇 聡

ゴールデンウィーク真只中ですが、今年はいつもとは違います。例年であれば、入学や進級後の緊張感から解放されホッと一息ついていたり、溜まってしまった学校生活や部活動の疲れを解消したり、お出かけの予定でウキウキ気分だったり・・・今までの当たり前の生活が当たり前でないことを痛感していることでしょう。つい数ヶ月前、令和初の新年を迎え、そこにオリンピックイヤーも重なり、お祭り気分だった頃は、現在の状況を想像もしていませんでした。

何か望まないことが起こったとき、皆さんはどうしますか。私が中学生の頃は、「あ～、時間が逆戻りしないかなあ。」とよく思っていました。「あの時に、こうしていれば・・・」としょっちゅう考えていました。しかしあるとき友人の言葉で気付きました。望まないことが起こったときに、考え方1つで「望まないこと」を「望まないこと」と捉えないことができる、ということです。なるほどと感心しました。物事には二面性があります。人はどうしても感情が動き、一喜一憂します。これは誰でもそうです。しかし、何かが起こったとき、そこから冷静に考えるのです。どう考えれば気持ちが軽くなるか、これからどう行動すれば良い方向に向かうか。上手くいかなかった場合でも、原因があつてのことなので、それを改善して行動すれば次へのステップに繋がるはずと考えるのです。そうすると、過去でなく未来を変えることができるのです。目の前の出来事にとらわれすぎず、長い目で物事を捉えることや判断することを心がけたいものです。

さて、緊急事態宣言が出され、学校は臨時休業、外出は自粛の今、どう過ごしていますか。最初は臨時休業を喜んでいた人もそろそろ飽きてきた頃でしょうか。そして、勉強や部活動、行事、受験はどうなるのかと心配や不安もたくさん出てきているでしょう。皆、同じです。ここからどう行動するか、が重要です。実は私たち教員も日々考えています。皆さんが休業中に不安にならないよう、そして学校が再開したらどうしていくか。もちろん制限もたくさん出てきますが、その中でできる限り効果ある教育活動を実施していこうと考えています。学校再開後のことは心配しないでください。

今は自分だけでなく他の人への感染予防をしっかり行い、そしてたっぷりある時間を有意義に過ごしてほしいと祈っています。なかなか時間を有効に使えない人もいるかもしれません。「のんびり、ダラダラと過ごす機会はそんなにない、これも良いかもしれない」今までそうしてきた人は、こう思いましょう。でもそろそろ切り替えましょう。毎日を自分で計画立てて、学習や体力作り、読書などに取り組むことができた人は素晴らしいです。でもたまには息抜きもしてくださいね。

皆さん、是非、この多くの自由になる時間を有意義に使ってください。趣味に没頭する、読書をする、家の手伝いをする、ゲームもいいけど時間を区切りましょう。身体を鍛えるのもいいかも、何故感染症が拡大したのか、他の国はどんな手を打っているのか、過去に感染症拡大はあったのか、そのときはどのように対処したか等をじっくり調べるのも良いですね。この機会に「何かにチャレンジできる！」と、この休業をマイナスと捉えずプラスに捉えることです。そのために今後をどう過ごすか、今一度考えてください。そして有意義に過ごしてください。しっかり充電して学校生活に備えてください。皆さんの元気な瞳、顔、姿を楽しみにしています。

もし、不安や心配がある人、困っている人は気軽に学校に電話をしてください。先生も交代で学校に来ています。一緒に考えましょう。毎日を心穏やかに、そして健康に過ごして欲しいと望むばかりです。