



時中堂だより

第8号（通算第18号） 平成29年2月24日（金） 発行：岩手県立花巻南高等学校 文責：遠藤

いい1年だったと、まずは自分をほめてみよう！



1、2年生は後期末考査を終え、3年生は卒業式まであと5日となりました。文武両道に、学校内外の様々なことに、また進路に向けての取り組みに頑張ってきた1年だったことと思います。仲間とともに頑張ったり、また一人で悩み苦しんだりしたこともあったでしょう。

この1年の価値を、まずは自分自身で十分に認めてほしいと思います。満足できる結果を得た人はもちろんですが、不十分だったという思いを抱えている人も、いつか人生を振り返った時に、価値ある1年だったことに気づくでしょう。「自分の基礎を作ったのはあの頃の努力だった」と感じるに違いありません。すべてが人生の貴重な経験となります。

この1年の自分自身の努力を認め、自分をほめていいと私は思います。

ダメだった点はダメだったと認めて改善すればいい

とは言え、すべてが完璧だった人はいませんよね。自分の欠点や失敗を認めない人間に進歩はありません。「だって…」「私だけじゃないし…」「〇〇のせいだから」と自己を正当化していると、結局自分を磨くチャンスを失います。ダメだった点は率直に認めて、改善や成長を決意しましょう。改善すればいいのです。落ち込む必要はありません。

弱い自分を励まし、自分の可能性を信じる

ダメだった点を認めることは、自分を否定することではありません。むしろ正反対です。自分を信じるからこそ、自分の悪かった点を厳しく見つめることができるのだと思います。自分で自分の可能性を信じるのが大切です。君たちに持って欲しいのは、「自分の可能性を信じる強さ」です。取りあえず根拠はなくてもいい。「できるぞ！」という気持ちで自分を信じよう。根拠は、これから日々努力して作っていけばいいのです。

ゼロ 2017年度の「0学期」は始まっている



毎日どのように過ごしていますか？ 未来の自分につながる毎日を送っていますか？

「0学期」という言葉は、各学年の先生方から言われていると思いますが、年度最後の考査終了から4月の授業開始までの約50日間を指します。今日からでも40日以上あるんですよ。勉強を始め、部活動や進路学習（志望理由書作成、進路を意識した読書、体験活動等）など、40日あれば相当のことができると思いませんか？ 「テストがないからのんびりだ」「高総体は来年度だ」と気を緩めず、1学期の前＝「0学期」の気構えで取り組むことが大切です。

1年生諸君は間もなく後輩を迎えます。「2年0学期」の取り組みはできていますか？

2年生諸君はいよいよ最高学年。「3年0学期」の覚悟で頑張っていますか？

3年生諸君は、新しい舞台での2017年度に向かって、日々自分を高めていますか？

花南生諸君のさらなる努力と活躍を期待します！

ゼロ 0学期の悩み相談室



A君とBさんは実在の人物ではありません。私が考えた架空の高校生ですが、Bさんは私自身の高校時代がモデルです。何かの参考になればと思います。

①勉強が遅れがちなA君

〈A君の状況〉勉強が遅れがちなA君にとって、学習と部活動の両立は大変だ。課題や課外もあるし、部活動の遠征もある。勉強もしなければならないと思うけれども、数少ないオフの日はまずゆっくりしたい。眠くなったら寝てもいい…SNSもやり放題だ。ああ幸せ…。

〈アドバイス〉A君、君が眠気を我慢して勉強するのはテストのためだけではないですよ。君自身の夢のためでしょう？ この50日間は、勉強の遅れで苦しんできた君が挽回するチャンスです。「0学期」は、まさに君のための言葉なんだな。いつやるの？ 今でしょ！

②いいところはないと落ち込むBさん

〈Bさんの状況〉Bさんは、家にも学校にも自分の居場所がないと感じる。家は家計が苦しく、Bさんの進路より生活が問題だ。「好きなようにしていい」と言われても、どうしたらいいのかわからない。勉強で勝負というほどでもないし、部活動もパツとしない。自分の将来が明るい気は全然しない。先生も私のことは見ていないような気がする。

〈アドバイス〉先生方は君を見ているし、君の可能性を気にかけている。君には可能性があるんだよ。暗い心は可能性を縮めてしまう。「私の未来は私がつくる！」「すべてうまくいく！」と信じて頑張ろう。明るい笑顔で、家族にも、友達にも、先生にも挨拶をしよう。君の努力で、君の人生は明るく変わっていくから。それと…つらいときはいつでも相談してね。

※私は、落ち込みやすく悩み多き高校生でした。家族は母と祖母と私の3人で、家計は苦しかったと思います。

悩んだ末に奨学金を借りて大学に行く決意をしなかったら、別の人生を歩んでいたと思います。

卒業式に向けて

卒業式は、3年生諸君にとって大きな節目の日です。全校で丁寧に心を込めて臨みたいと思います。卒業生は3年間を振り返り、在校生は卒業生との日々を思い、保護者の皆様や先生方を含む全員で感動を共有したいものです。本校の卒業式には、端正な服装態度、係の礼儀正しい言動、凜とした卒業生の返事、全校生徒による美しい歌声等々、他に誇り得る素晴らしい伝統があります。最高の卒業式で、3年生を送りましょう！

編集後記



2月22日は「猫の日」でした。奥州市の胆沢図書館は猫に関する本を集めた「猫ノ図書館」をオープンし、江刺区在住の「むぎ（1歳：プリティッシュショートヘア）」が「ねこ館長」の辞令を交付されたそうです。猫のストレスを考慮し、実際の出勤は当日限りとのことですが。

我が家にも猫がいます。介護猫(?)の「ゆめ」です。寝ていることが多くなった101歳の母をベッドの隅から見守り、枕元をウロウロ点検し、食事の時は食べ終わるまでじっと見つめ、時に話し相手にもなって母を支えています。母は時々ショートステイに行くのですが、母がいないと「ゆめ」は絶叫しながら捜し回ります。支えているような、支えられているような、猫と人との不思議な関係です。