



スタートよし!

1月8日、3学期最初の日。7時55分を過ぎて校門を通過する人は誰もいませんでした。始業式の行われる体育館へも静かに入場でき、真剣に話を聞くことができました。いい1年になりそうな予感がしました。そこで、その気持ちをずっと持ち続けてもらいたいと思い、始業式の式辞の内容をまとめておきます。

2学期の終業式で、3つのお願いをしました。「①今までの生活リズムを崩さないように、冬休みを送ってほしい」「②家族と一緒に、家族の一員として楽しい冬休みを送ってほしい」「③交通事故や被害に遭わないように気をつけて生活してほしい」でした。きっと守れていたからこそ、全員元気で3学期の始業式が迎えられたのだと思います。

さて、今日は、3学期のスタートの日という「節日の日」ですので、「節」にまつわる話をします。

竹は、幹の中が空洞で大変軽いにもかかわらず、とてもしなやかで大変丈夫です。その原因は、筒状の幹の途中に「節」があるからです。もし、節がなければ、ジュースを飲むストローのように簡単に折れ曲がるでしょう。しかし、節があることで、幹が大きく曲がっても筒状の断面が変形することなく円形を保つので、軽いうえに丈夫なのです。

私たちの生活も「節」の無い生活をしていると、ひ弱で、惰性に流されやすく、いい加減な生活となります。ですから、生活面での節目で、気を引き締めるための行事をするなどして、「節」を作り、力強く生きていけるよう工夫しています。

学校生活でも、3つの学期を設けて「節目」をつくって取り組んでいます。入学式や卒業式など人生の節目はもちろんですが、今日のような始業式などにおいても、明確な「節」をつくり、しなやかで力強い生き方に挑戦してほしいと思います。3学期のスタート、そして平成22年のスタートでもある今日、その節目を大切に、心新たにスタートを切ってほしいと思います。

学校では、3学期も今までの取り組みを引き続き継続していきます。

- ◆ 進んで挨拶をしましょう。明るくあいさつは、良い印象を与えるとともに活気があふれます。あいさつを通して、今まで以上に明るく元気な詫間中学校にしましょう。
- ◆ 服装髪型など、身なりをきちんと整えましょう。心のありようが身なりに現れます。身なりが整っている人は心が整っている人で、落ち着いた活動ができる人です。
- ◆ 身の回りの整理整頓をしましょう。ロッカーや机の中のプリントや教科書などの勉強道具、机の並べ方、歯磨きグッズをきちんと整理整頓しましょう。清潔で整った環境で落ち着いて勉学に励みましょう。
- ◆ 「早寝、早起き、朝ご飯」を徹底して、規則正しい生活を送りましょう

3学期のスタートに当たり、全校の皆さんに、一人一人が具体的な目標を持ち、中学校生活をしなやかで、力強いものにしてほしいというお願いでした。

また、始業式後の全校集会では、生徒指導の高橋先生からもお話があり、新聞記事から印象に残った話題を紹介していただきました。その中の一つをまとめておきます。

頭がさえ感情が豊かに

前頭葉を鍛えることこそ、知性を高め、情操を育み、意欲をわき立たせ、豊かな人生を築く上で最も大切なことです。思考し、判断し、処理をする人間だけが高度な知的活動をしているのは、前頭葉の「前頭極」というところです。この前頭極を鍛えて、やる気を高め、頭をよくし、豊かな感情を培いましょう。

- ① お手玉遊びをする。3個のお手玉が最適。続けていると、前頭極と視覚野が大きくなる。
- ② 料理作りに励む。メイン料理に並行して、2品、3品をつくると、前頭極が活性化。
- ③ いいところ探しをする。友だちや仲間のいいところを見つける。約30秒間かけて、相手のいいところを思い出しただけで、前頭極はいきいき。
- ④ 笑い、笑わせる。自分が笑ったときはもちろん、相手を笑わせようとする、笑顔を見るだけでも効果的。
- ⑤ チャレンジ精神を持つ。常に新しいこと、より難しいことにチャレンジしよう。
- ⑥ 心を込めて行う。どんなことにも、愛情を注ぎ、心を込めて行う。

※ 香川銀行能力開発研究所長 倉本英雄（1月8日 四国新聞「心身文化講座」より抜粋）

「始めよければすべてよし!」。この調子で3学期76日間を全力で駆け抜けてください。