

## 2学期終業式あいさつ

おはようございます。

2学期もたくさんの方がいました。みなさんは、2学期を振り返って、どんなことが思い出されますか。

私は、大きな行事では、何と言っても体育大会です。最後は雨になりましたが、みんなのイキイキした活動を見ることができ、とても思い出深い体育大会となりました。部活動でも頑張ってくれました。地域との関わりについては前回の生徒朝礼でも話しましたが、たくさんの方が取り組んでくれました。地域のたくさんの方々に喜んでいただけ、本当に良かったと思います。

3年生は、進路実現に向けて頑張ってくれています。就職や推薦入試で頑張り、進路希望を実現した人がたくさんでました。昨年はこの時点でゼロだった国公立大学で、3名の合格が出たのは、とても嬉しいことです。これまで進路希望を実現した人の中の多くの方が部活動を最後まで頑張った合格です。文武両道を実践してくれました。本当におめでとう。

さて、今日、皆さんに話したいのは、「時間」と「行動」についてです。

以前にも、時間については話したことはありますが、時間を有効に使っていますか。皆さんは、学校での勉強や部活動などによって、たくさん時間が拘束されているので、自由な時間などないと思っているのかも知れませんが、どうでしょうか。家に帰って、ホッととして、気分転換にテレビを見る時間もあるでしょう。LINEなどで友だちと連絡をとる時間はダメとは言いません。でも、私も経験があるのですが、気がつくともうこんな時間と思ったことはありませんか。

アーノルド・ペネットという人は「自分の時間」という本の中で、「人生のすべては、時間の使い方次第で決まる」と言っています。皆さんは自分を成長させる時間を作っていますか。彼は「初めから多くのことを企てない。」「まず朝の30分、そして1日おきの90分の取組から」でも良いと言っています。この取組はそれぞれのやり方で良いと思います。朝のたった30分と思うかも知れませんが、習慣を変えることにもなるので、必ず不便や不快感を伴い、やるためには強い意志の力が必要となります。

このことに関して、平尾誠二さんは言っています。平尾さんは、伏見工業高校、同志社大学、神戸製鋼で活躍し、ミスターラグビーと言われた名選手です。残念ながら昨年亡くなりましたが、「『やらなければならないこと』の他に、『やれること』と『やりたいこと』がある。最初は『やらなければならないこと』をやるのは本人にとってもしんどいことだろう。ただ、それを我慢して続けるうちに少しずつできるようになる。そうするとおもしろくなってきたり、結果、誰かが喜んでくれたりすれば、今度は自分が嬉しくなってくる。勉強でも仕事でも良いから、『やらなければならないこと』を、『やれること』、『やりたいこと』に変化させればいいのだ。」と言っています。私もそう思います。そんなしんどさ、辛さに打ち勝って、皆さんには充実した人生を手に入れてほしいのです。

でも、どのようにすれば行動に移せるのだろうかと思う人がいるかもしれません。まず小さなアクションでも良いからやってみることから始まるように思います。失敗したらダメと思うとやれないので、小さな失敗は気にせず、将来の大きな成功に結びつけるつもりで挑戦してみることが重要だと思います。科学的にも、証明されていることがあります。やろうと思ったことを明日に先送りすると、明日になればモチベーションが下がってしまいます。その日にやろうと思ってやったことが、たとえ途中であっても、「ツァイガルニック効果」といって、「人間は達成されなかったこと、中断・停滞していることに、より強い記憶や印象をもつことから、やり残し感が記憶に残り、完成させたいという欲求が生まれる」というのです。ですから、自分がこれをやろうと思ったら、とにかく行動してください。

3年生が入試に向けて頑張っていますが、こんな文章がありました。「ちょうど受験を控え、合格できるのかどうか不安を感じていたとき、先生から『今を生きろ』という言葉聞いて、ハッとしました。受験までに残された日数の毎日を全力で取り組むしか選択肢がないことを、忘れてしまっていたのです」。未来は今という瞬間の積み重ねでしかありません。今この瞬間にどれだけ意識を向けられるか、実行できるのが重要なのです。だから、あせることなく、1日1日を大切に勉強に取り組んでください。これは受験生だけに言えることではないと思います。3年生で進路が決まった人も、2年生、1年生も、ただ何となく時間を過ごすのではなく、夢や目標に向かって、今この瞬間を大事にして生きていってください。

1日を振り返っての反省をすることは、とても大切だと思います。今日1日は、充実した生活を送れたか。これからの人生の夢や目標に近づけたか。有効に時間を使ったかなどを反省してください。

そして、1月9日の始業式には、夢と希望を心にしっかりと持って、いきいきした顔で登校してくれることを期待して、私からの話を終わります。