

優輝

～Every moment matters 全ての瞬間に価値がある～

「スマホとのつきあい方」

第1学年主任 ○○○○

タイの携帯電話会社「dtac」のCM

並んで浜辺を歩く恋人。会議をしている同僚。横でお絵かきをしている娘。スマートフォンを操作していると、隣にいた人がいなくなる。一緒にいるのに一緒にいない・・・。「それでいいのか」とスマートフォンを置いた瞬間、隣には自分に笑いかけている愛する人、仲間、子どもがいた。そしてふと顔を上げると、空には虹がかかっていた。

どんな感想を持ったでしょうか。私は、心がほっこり温まりながらも、スマートフォンとの向き合い方を考えさせられました。

入学式の後、休校になってから2週間が経ちました。高校1年生の皆さんどのように過ごしていますか？まずは、これからの学習のこと、進路のことなどをじっくり考える時間にしてはどうでしょうか。今は家庭学習の計画を練ってみたり、将来のことを考えてみたり、反対に、休校措置が終わった後、やりたいことを書き出したりと、様々なことができる時間があります。その中で、スマートフォンとの向き合い方を考えてみてほしいのです。

東北大学の川島教授(脳トレの考案者)が自身の研究の中で、スマートフォンを1日2時間以上使用する生徒は、学力が下がる。という研究成果を発表しておられます。皆さんはどうですか。心当たりのある人は見直しい機会です。しかし、”すぐには無理”という声が聞こえてきそうです。では、こういう方法はどうでしょう？スマートフォンを使用した時間分は必ず学習する、というものです。スマートフォンを1日2時間使用すれば、2時間は学習する。4時間なら4時間学習する。そう心がけることで、時間の使い方が上手になります。だまされたと思って是非やってみてください。

10日休校×6時間＝60時間



もし休校中に授業があれば、普通に学んでいたはずの時間です。これが0時間になっていませんか？もったいないですよ。この休校期間を、必ず有効に活用してください。学校から出ている課題だけではなく、中学校の復習や、疑問点の調べ学習など、いろいろできるはずですよ。”自分磨き”をぜひやりましょう。休校明け「高校生の顔」で登校して来ることを楽しみにしています。

”時は金なり” ”Time is money”

〈連絡〉

ここ数日で何件かご連絡をいただきました。ほとんどが課題についてのご質問でした。質問があった内容につきましては、HPにて、課題の追加連絡という形で返答させていただきましたので、こちらをご覧ください。

また、学力検査成績の簡易開示期間の変更は以下の内容です。(HPでアップ済)

【変更前】3月23日(月)～4月22日(水)

【変更後】上記の期間に加え、学校が再開した日の翌日から1週間(原則、土日祝は除く)

他にもご質問あれば、気軽にご連絡ください。(TEL:072-777-3711)

※休校が続き、担任の先生の顔も忘れていたのでは？みなさんとの関わりがもてない中、学年通信では、担任からのメッセージを積極的に掲載していこうと思っています。

また、学校の施設や風景も知らないまま休校期間に入ってしまったので、そういった写真も掲載していきたいと思います。今回の写真は、本校昇降口前の花壇です。暖かくなり、色とりどりに咲いた花々は玄関先をきれいに飾りました。本来なら、皆さんが登校するときに眺めていたはずの風景です。登校できる日まで、コロナに負けず頑張ろう！！



「今、何してる??」

1組担任 ○○○○

皆さん、いかがお過ごしでしょうか??“新型コロナウイルス”という言葉を書かない日はありませんよね。当たり前のことが奪われ、今までの日常がどれほど幸せだったかを実感しています。失ったものは数知れずですが、先日の新聞にこんな記事が載っていました。「観光客の激減により、濁っていた運河が透き通り、水の底が見えるようになった」「世界の都市の空気が澄み、空に青さが戻った」など。皮肉とはこういうことを指すのでしょうか。。いろいろ考えさせられますよね。実は、ぼく自身もこの期間中、今までの授業の方法について見直し始め、4月はその教材研究に明け暮れています。この休校がなければできなかったかもしれません。

「僕たちが直面しているこの事態は、今までの常識や価値観を劇的に変えていく」。この事実と向き合うことが求められている気がします。変わらざるを得ない状況は、私たちが大きく成長・変化させます。大切なことは、①きっかけ(=チャンス)を見逃さないこと、②変化を受け入れる柔軟性を持つこと、だと僕は思っています。

みなさんに思いがけず訪れたこの時間をどう使うべきか考えてみましょう。そして、4月8日の自分に何か変化をつけて、次回登校してきてください！

「0.99」と「1.01」

2組担任 ○○○○

継続は力なりという言葉がありますが、夢を叶えたり、目標を達成したりするためには、小さな努力の積み重ねが一番確実な方法だということをお話しします。

それは、毎日1%ずつでも成長すれば、365日後には37.8倍になるというものです。1.01を365乗するという計算で37.8という数字が出るのですが、たった1%の積み重ねで38倍も成長するので、継続がいかに大事かということがわかります。

それでは逆に、1%後退した場合はどうなのでしょう？

1%の後退、つまり0.99を365日積み重ねてしまうと、0.03になるそうです。これは、1あった能力がほぼゼロに近くなるということを意味しています。

つまり、ちょっとずつ頑張れば38倍になるが、ちょっとずつサボればゼロになる。このように、ちょっとした差なのに1年後には圧倒的な差になってあらわれます。

今、42回生のみなさんはどのような日々を過ごしていますか？高校生にはなったものの、授業は受けられず、各教科からたくさんの課題だけが与えられ、嫌だなあ、やりたくないなあと感じているでしょう。

しかし、与えられている課題や、これから始まる高校での学習からずっと逃げ続けることはできません。苦手なこと、嫌なこととも向き合っていかなければなりません。これから始まる高校生活で、好スタートがきれるように、各教科から出されている課題を通じ、日々の勉強習慣の確立のきっかけにしてほしいです。

ウイルスへの恐怖やストレスで気持ちも暗くなってしまいがちですが、この休校期間を「自分がより良く生まれ変わるチャンス」と前向きに捉え、少しずつ成長していきましょう。

最後にアメリカの心理学者ウィリアム・ジェームズの言葉を紹介します。

『心が変われば行動が変わる。行動が変われば習慣が変わる。習慣が変われば人格が変わる。人格が変われば運命が変わる。』

運命は自分の力で変えられるということですね。新しい目標や夢に向かって歩き出したみなさんと会える日を心待ちにしています。

