

令和7年度 後期卒業証書授与式 式辞

校庭の桜のつばみも膨らみはじめ、若葉の芽吹きに春の兆しが感じられる爽やかな今日の佳き日、PTA会長様をはじめ、ご来賓の皆様、ご家族の皆様のご出席を賜り、ここに令和7年度兵庫県立西宮香風高等学校後期卒業証書授与式を挙行できますことは、この上ない喜びであり、心より感謝申し上げます。

ただ今、卒業証書を授与いたしました164名の卒業生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。教職員一同、心よりお祝い申し上げます。今日の卒業の日を迎えるまでには、必ずしも楽しいことばかりではなかったと思います。それでも、挫けることなく初心を貫き、今、新しい道を求めて本校を巣立っていく日を迎えたみなさんに対して、深い敬意を表したいと思います。

今日の日を待ち望んでこられたご家族の皆様、本日は誠におめでとうございます。立派に成長し学窓を巣立っていくお子様の姿に、感慨もひとしおのことと存じます。期待と不安を抱きながら西宮香風高校の門をくぐった日から、お子様を支えてこられたご苦労はいかばかりかと拝察いたします。今日までお子様を慈しみ育てられましたご家族の皆様、心からの敬意を表しますとともに、これまで多大なご理解・ご協力を賜りましたことを、教職員を代表しまして厚くお礼申し上げます。

さて、卒業生の皆さんがこれから迎える時代は、テクノロジーの進化により、あらゆるものを取り巻く環境が複雑さを増し、さらにグローバル化の進展や地球温暖化に伴う気候変動、台風や地震といった災害など、予測が困難な事象が次々と起こっています。このように、社会の急激な変化に伴い、高度化、複雑化する諸課題への対応が必要となっており、多様なベクトルが同時に存在・交錯する先行きが不透明な社会に移行しつつあるのが現状です。このような混沌とした現代社会ではありますが、自分の夢に向かって大きく羽ばたいてゆく卒業生の皆さんに、我々教職員が願うことはただ1つです。卒業後、どうか幸せになって欲しいということです。このことについて、2つお話しをさせていただきます。

1つ目は、幸せになるための「行為」についてです。人が幸せになるための研究は、これまで多種多様な分野で実践されてきました。例えば、ハートフォードシャー大学のリチャード・ワイズマン教授は、人間の心と身体は密接につながっており、「感情は行動によって生み出される」という説を提唱しました。これを「As if(アズイフ)の法則」と言います。つまり「幸せを感じて笑うのではなく、笑えば幸せを感じる」といった考えです。ワイズマン博士は、26,000人を対象に「今の自分の幸福度」に関する実験を行いました。被験者を2つのグループに分けて、片方のグループには毎日数秒ずつ笑うことを指示し、もう片方のグループには、何も指示をしませんでした。1週間後、被験者たちに「今の幸福感は1週間前と比べてどうですか?」とアンケートを取った結果、毎日笑うことを実践したグループの多数の人に、幸せを感じているとの回答があったことを報告しています。この実験結果は、笑顔をつくることで幸福感が高まることを示唆

しています。この「As if(アズイフ)の法則」は、現在心理学では一般的になり、人は「感情」が「行動」を左右するのではなく、「行動」が「感情を作る」という考えが容認されているとのこと。また、最近の脳科学の研究では、笑うことによって脳内から幸福ホルモンと呼ばれる「エンドルフィン」が分泌され、つくり笑いでも幸せな気分になることがわかってきました。

2 つ目は、幸せになるための「感性」についてです。これまでの人生において、幸せを感じたときを振り返ってみてください。人の役に立ち、周囲から感謝されたとき、有名な店でおいしい料理を食べたとき、好きな人と一緒に過ごしたとき、研修旅行でディズニーランドに行ったとき、アルバイトで給与をもらったとき、部活動で試合に勝ったとき、そして、卒業を迎えた今この瞬間もそうかもしれません。幸せを感じる瞬間は、人により様々ですが、共通していえることは、それら全てにおいて、人が関わっているということです。幸せは人から与えられ、自分が感じるものだと思います。ですから、他人と共に協調し、他人を思いやる心、感動する心を持つことにより、自分のもとに幸せがやってくるはず。卒業後は人とのつながりを実感し、そして常に自分の存在意義を感じる生活を送ってください。これからの人生は、必ずしも順風満帆とは限りません。しかし、どんな辛いことがあっても、どんな苦しいことがあっても、いつも笑顔を忘れず、そして他人への思いやりの心を忘れず、幸せな人生を送ってください。

新たなステージへと向かう卒業生の皆さんにとって、これからの人生は素晴らしいものであるとともに、ときには厳しいものになる可能性も秘めています。これからは嬉しいときもあれば、迷うことや疲れること、悲しいこともあるかもしれません。そんなときは、一度立ち止まって考えてください。皆さんの挑戦、生き方、そして存在そのものを認め、応援してくれる人が必ずいます。少なくとも皆さんにエールを送る香風の仲間たちや先生方、そしてご家族の方々がいることを忘れないでください。ここにいる卒業生のみなさんが、それぞれの場所で新しい社会を支え、牽引する人財となってくれることを期待しています。

最後に、卒業ソングとして定番となりました、ミセス・グリーン・アップルの「僕のこと」の歌詞の一節を、皆さんへのはなむけの言葉とします。

僕と君とでは何が違う
それぞれ見てきた景色がある
僕は僕として いまを生きてゆく
とても 愛しいことだ

みなさんのご健康とご多幸、そしてこれからのご活躍を心より祈念し、式辞といたします。

令和8年2月28日

兵庫県立西宮香風高等学校長
桑田 圭介