

第1回学校集会：平成25年4月15日（月）

『目に見えない地道な努力が、綺麗な花を咲かせる』

このピンクの布を見てください。これは、「草木染め」という手法で染めたものです。「草木染め」は、先人達が、季節の花や草木が持つ色を自分の身につける物に映し出そうと、努力を重ね、技術を磨き上げてきたものです。

それでは、このピンクの布が何で染められたものかわかりますか？

そうです。今まさに満開の「桜の木」で染めたものです。

ただし、「桜の花びらを集めて煮込む」というような単純な作業では、この色は出てきません。花の咲く前のつぼみの付いた小枝を集め、これを小さく切り、40日間にもわたり煮出したり冷ましたりすることで、ピンクの色を抽出し、これを熟成させてようやく染めるための「原液」ができてくるのだそうです。

つまり、花びらのピンクは、幹のピンクであり、樹皮のピンクであり、樹液のピンクなのです。花の咲く前の桜の木は、全身で春のピンクに色づいていて、花びらはそれらのピンクが、ほんの少しだけ姿を表したものにすぎないのです。桜の木は、花びらにあの美しいピンクを出すために、人知れず一年かけて地道な努力を続けていると言えるかもしれません。

実は、本校の桜の木の数本は、新校舎建築のために、幹の一部や枝を切られてしまいました。特に、プールの側の倉庫のすぐ側の桜の木は、大きな枝がいくつも切られました。そのため花が咲くのか心配していたのですが、そうした逆境にもめげず、「冬の寒さ」や「覆いかかる雪の重さ」にも負けずに、見えない努力をコツコツと続け、今年も、凜とした見事な花を咲かせてくれました。

皆さんも、今年一年、色々な困難に直面することがあるかもしれませんが、地道な努力を続け、来年の春には、それぞれに大きくて綺麗な花を咲かせて欲しい、満開の桜にしばし目を留めて、これから一年間、どのように生きていくのか思いを深め、決意を新たにしてほしいと願い、今日は、「見えない地道な努力が、綺麗な花を咲かせる」という話をしました。

最後に、素敵な俳句を見つけましたので紹介します。

夢語る まぶしい君に サクラ咲く 真坂明里（秋田県 大瀧中学校3年）

「今日は」とは、どんな意味？

「あいさつ運動」を始めて3年目を迎えました。今年度は、4月～5月を「あいさつ運動推進月間」と位置付け、生活委員会が中心となって運動を進めてくれています。先週からは教育実習の先生方も加わっていただき、「おはようございます」という元気で爽やかな声が、新しい校舎に響き渡り、気持ちのよい朝を迎えています。

前回の学校集会の折に、『今日は』にはどんな意味があるのか考えてみよう」という話をしました。私自身、英語の Good-bye. が God be with you. の短縮形であり、「神様のご加護がありますように」という意味であることを知って以来、日本語の「今日は」や「さようなら」はどのような意味なのだろうとずっと疑問に思っていました。そんなときに出会ったのが境野勝悟先生の『日本のこころの教育』(致知出版社)という本でした。

境野先生によれば、「今日は」や「さようなら」という挨拶は、元々「今日は、お元気ですか」「はい、(お陰様で)元気で」「さようなら、ご機嫌よう」と続くものであり、しかも、「今日(こんいち)」と言う言葉は、古くは「太陽」という意味で使われていたのだそうです。

今でも、高知県の土佐では、太陽のことを「こんにちさん」と言い、新潟県の刈羽では、「こんにっさん」、岐阜では「こんにつつあま」と呼んでいるところがあるとのこでした。また、夏目漱石の小説「坊ちゃん」の中にも、「そんなことをしたら今日様へ申し訳がないがなもし」という台詞が出てくるそうです。

ですから、「今日は、お元気ですか」は、「太陽さんのエネルギーをたくさんもらって、明るく元気に生きていますか」という意味になり、それに対する「はい、(お陰様で)元気で」は、「はい、太陽さんと一緒に元気に生きていますよ」という答えになる。更に、「さようなら、ご機嫌よう」は、「太陽さんと一緒に元気に生活しているのであるならば(さようであるならば)、ご気分がよろしいでしょう」という意味になるわけです。

私たちは、正月元旦の初日の出に手を合わせて一年の幸せを祈ったり、朝日や夕日に向かって願いごとをしたりすることがありますが、他の国ではあまり見られない光景であることも知りました。

太陽の恵みに対する感謝の気持ちを、日々の挨拶の言葉に込めながら生活してきた私たちの祖先の「美しい心」を改めて感じるとともに、こうした言葉の意味を噛みしめながら、より一層心を込めて挨拶をしたいと思い、「今日(こんにち)」とは、「太陽」を意味する言葉であるという話をしました。目指すは、「あいさつ日本一」の学校です。

『全力で負けることの大切さ』

平成25年度も3か月が過ぎました。一年の1/4が終わったことになり
ます。そして、今日から7月、いよいよ3年生にとっては、最後の大会であ
る中体連総体やコンクールが目前に迫ってきました。

今日は、『全力で負けることの大切さ』という話をしたいと思います。

大切な試合を前にして、負けることの話をするのは、縁起でもないと思
うかもしれませんが、考えるまでもなく、これから始まる総体や各種コンク
ールに出場する皆さんは、全国大会、いわゆる「全中」で優勝しない限り、ど
こかで必ず負けることになります。

これは皆さんだけではなく、全国の中学校、中学生のうち、頂点に立つ者
以外、全てどこかで負けることになるということです。

ということは、勝つことと同じように、負けることにも大きな意味がある
はずであり、私たちは、負けることから多くのことを学ばなければならない
のではないかと思います。

皆さんは、将棋というゲームをしたことがありますか？

縦横各9列の盤の上に、金や銀、飛車や角などの20枚の駒を並べて二人
で対戦し、互いに一手ずつ駒を動かして、相手の王将を詰めた方が勝ちとす
るものです。

その将棋のプロに、羽生善治（はぶ よしはる）という永世名人（えいせい
いめいじん）がいます。羽生さんは、将棋の主なタイトル7つを独占した唯
一の棋士ですが、かつて、ある雑誌の対談で次のような話をしていました。

『プロの棋士、将棋指しになると、300から400くらい先の指し手まで予
測できるため、対戦が始まってある程度すると、自分が勝つか相手が勝つか
予測できてしまう。自分の勝ちが予測できたときの終盤、終わりの局面では、
絶対にミスが許されないために、指が震え出すほど緊張してしまう。』

しかし、自分の負けが予測できたときにも、絶対に緊張の糸を切らすこと
ができない。もちろん、相手がちょっとしたミスをすれば、自分の勝ち目も
出てくるので、油断はできないということもあるが、それ以上に、プロとし
て「美しく負ける」ということを貫かなければならないからである。

最後の最後まで諦めることなく、しかも「負けるときには、全力で負ける」
これが勝負の世界であり、自分に磨きをかけ、更に強くなる秘訣なのである』

そのため、ただ座って対戦する将棋なのですが、一回の対戦で3kg～4kg
も痩せることがあるそうです。

今月は、「部活動熱中月間」です。生活目標は「お互いに磨き合い、高め
合い、沼中力を発揮しよう」としました。本校の新しい教育目標である「強
い身体を磨く」ための絶好の時期となりました。

「勝てっこない」と思われるような対戦相手であっても、たとえ完全な負
け試合であっても、皆で力と心を合わせ、絶対に手を抜かず、最後まで全力
で戦って欲しい。その結果として、「勝ち・負け」を越えた、大きな収穫や
得るものがあるはず。また、そうした姿を見てもらうことが、これまで
指導してくださった先生方やお世話になった多くの方々への「恩返し」とな
り、後に続く者、後輩への大切な引継ぎとなるのだと思います。

そのためにも、今日から大会まで、怪我をしないようにするとともに、心
残りのないよう、しっかりと準備を整えていきましょう。

なお、今日発行される『生活向上のヒント』にも、「諦めない強さ」とい
う記事が載っていますので、ぜひ目を通してみてください。

記念すべき年にふさわしい運動会にしよう

この夏の前橋育英高校野球部の全国制覇は、私たちにとって忘れられない出来事となりましたが、昨日、2020年に夏のオリンピック・パラリンピックが東京で開催されることに決定したことに日本中が沸き立ち、私たちにとっての「大きな希望」が生まれました。

夏季オリンピック・パラリンピックの日本での開催は、1964年以来、56年ぶりとなります。私が小学校3年生の時のことでしたが、日本中がオリンピック一色になったことを、今でもよく覚えています。開会式は、7年後の7月24日だそうですので、日数では、あと2,510日。そのころには、19～21歳になっている皆さんの中から、オリンピック選手が出るかもしれません。また、競技係員として、あるいはボランティアとして運営に関わる人もきっと出てくることでしょう。いずれにしても、皆さんが主役となる大会です。

修学旅行でも利用している「新幹線」が、前回のオリンピックの開催に間に合うように作られたことを考えると、これからスポーツ面だけではなく、経済面や被災地の復興という面においても、日本全体が元気を取り戻すための大きな動きが始まるのではないかと思います。

また、皆さんにとっても、それぞれの「夢」や「希望」に向かって、力強く羽ばたくための「勇気」や「エネルギー」を与えてくれるような大きなイベントとなる、そんなことを思いながらニュースを観ました。

ところで、最後まで競り合いとなったトルコのイスタンブールや、スペインのマドリードを振り切り、東京での開催が決まった背景には、多くの人々の地道な努力があったことは言うまでもありませんが、次の二つのことも大きな要因であったのではないかと感じました。

その一つ目は、「失敗を生かした」ということです。4年前の招致活動はうまくいかず、結局、2016年のオリンピックはブラジルのリオデジャネイロに決まりました。前回はなぜ負けたのか、何が足りなかったのかを冷静に分析し、入念な準備を進めてきたことが成功に繋がったようです。

二つ目は、関係者全員の固い絆と「チームワーク」があったことです。IOC委員への最後の説明、プレゼンテーションを見ていて思ったのですが、日本チーム全員が、それぞれ、自分の役割に責任を持つと共に、全力でその役割を果たそうと努力していました。また、何度も何度も練習を重ねたのだと思いますが、フェンシングの太田選手やパラリンピック陸上の佐藤真海選手など、全ての人が、実に堂々と、自信と誇りをもって、そして、心を込めてどれだけ素晴らしいオリンピックになるかを訴えていたのが印象的でした。

さて、私たちも、今週の土曜日に、沼中三大行事の二番目となる「沼中大運動会」を迎えます。3年生にとっては最後の、そして、新校舎になって初めての運動会となります。

記念すべき年にふさわしい運動会となるよう、また、保護者や地域の方々に、皆さんの持っている素晴らしい沼中力を見てもらう絶好の機会となるよう、これまでの反省を生かし、学級のチームワーク、沼中全体のチームワークをフルに発揮してほしいと願っています。残り5日間、怪我をしないように気を付けながら入念に準備を進めてください。

「愛校心」について考えよう

昨日は、「群馬県民の日」で学校が休みとなりました。この「県民の日」は、「郷土の歴史を知り、郷土についての理解と関心を深め、自治の意識を高めるとともに、より豊かな郷土を築きあげることがを期する日」として、昭和 60 年に制定され、昨日で 29 回目を迎えました。

明治 4 年の 10 月 28 日、廃藩置県によって設置された八つの県が統合されて、初めて「群馬県」という名前が使われたことにちなんでいるそうです。この「県民の日」を記念して、10 月 1 日から 11 月 4 日の間、たくさんの「記念イベント」が開催されています。皆さんも、この機会に群馬の魅力に触れ、「ふるさと群馬」について、色々と思いをめぐらせて欲しいと思います。

ところで、10 月 26 日(土)は、本校にとって記念すべき日なのですが、何の日だかわかりますか。

実は、今から 52 年前の昭和 36 年 10 月 26 日、今、女子の皆さんが身に付けている「通学服」が制定された日なのです。それ以前、男子は、詰襟の学生服がありましたが、女子には制服というものがなく、皆、私服で登校していました。そのため、とても派手な服装をしている女子生徒もいれば、あまり裕福ではない時代であったために、中には、あちこちに「ほころび」や「穴のあいた」服をきている人もいたのだそうです。

そこで、当時の PTA 母親委員会の皆さんを中心に「何とかおそろいの洋服、制服を着させてやりたい」「学校の外に出る、修学旅行などにも同じ服で行かせたい」と考え、当時、女子の制服を県内でもいち早く取り入れていた前橋市立第三中学校を訪問し、先生方や生徒に直接インタビューをして長所や短所を調べたり、制服の見本を一着借りてきて生徒会でも取り上げながら学校全体で検討を始めました。ただ、そのころは制服の着用は「軍国主義の復活であり、戦争の時代への逆戻りだ」と反対する人も多かったのだそうです。

そのため、10 月 26 日に開催された PTA の臨時総会は、かつてない物々しい、騒然とした総会となったと、「沼田中 30 年の歩み」に書いてありました。しかし、「女子生徒に通学服を着せたい」というお母さん方の願いや「そろいの服を着たい」という生徒の思いが最後には通って、今の通学服が決まったのだそうです。もちろん、利根沼田で女子の通学服が決まったのは、沼田中学校が第一号でした。

本校は、年齢で言うと、今年で 67 歳を迎えますが、かつてここで学んだ先輩や地域の方々の長年の努力や「こんな学校にしたい」という強い思いにより、独自の校風が作られ、また、後輩たちがそれを継承し、皆で協力しあって、現在の校風へと発展してきました。

こうした、自分の学校、母校を愛する心を、「愛校心」と言いますが、今、何気なく身に付けている女子の通学服にも、「沼田中学校をより良い学校にしたい」という多くの先輩や地域の方々の「愛校心」が詰まっているのです。

今週の金曜日には、沼中三大行事の最後を飾る「文化発表会」と「合唱コンクール」が行われますが、これも、先輩たちの「愛校心」により、長く受け継がれながら、それぞれの時代にあった工夫が加えられ、発展・進化してきた行事の一つとも言えます。

今週の心の鍵は、「自分の学校・仲間に誇りをもって」です。この機会に、自分の学校に愛着をもつこと、「愛校心」ということに、思いを巡らせるとともに、皆で力を合わせ、67 歳となった沼田中学校に相応しい「文化発表会・合唱コンクール」としていきましょう。

読書で「美しい心」と「高い知性」を磨こう

本校では、11月を「読書・家庭学習推進月間」としています。

私たちは、毎日、規則正しい食事をすることにより、自分の身体を維持し、健康的な生活を送ることができます。同じように、私たちの心の健康を保つとともに、より心豊かに生きていくためには、古くから「心の栄養」と言われている読書、つまり、できるだけ良い本を読むことが必要となります。

皆さまも、既に経験していることと思いますが、色々な本を読むことにより、他の人の悲しみや、苦しみ、心の痛みが分かるようになっていたり、想像力が大いに鍛えられたり、また、遠い昔に生きた人に会って話を聞くことができたこと、遠くで暮らす他の国の人の『考えや感じ方』を学んだりすることができるようになります。

ところで、皆さんは、徳川光圀という人を知っていますか？ 介さん・覚さんを従えて諸国を漫遊したという話で有名な「水戸黄門」です。また、「黄熱病」の発見者である野口英世を知っていると思います。実は、この二人にはある共通点があるのです。それは、二人とも「本を読むことにより自らの人生を立ち直らせた」経験があるということです。

徳川光圀、実は、少年の頃、手のつけられないような不良少年でした。勉強をせずに悪いことをして周りを困らせていました。ところが、18歳の時に、中国の『史記』という本を読み、そこに出てくる「伯夷」という人の生き方に深く感動し、心を入れ替えます。更に、自分をこのように感動させ、正しい道に導いてくれたのは、『史記』という本のお陰であると考え、自らも全国から優れた学者を集めるとともに、色々な人を日本各地に派遣して、日本の歴史の資料を収集させ、「大日本史」という歴史書の編集に取りかかります。結局、全402巻という膨大な書物が完成したのは、光圀18歳のときから数えて261年後の明治39年のことでしたが、一人の青年の感動したことが、261年に及ぶ大事業を成し遂げる原動力となったことを考えると、読書の影響がいかに大きいかがわかります。

一方、野口英世、元の名を「野口清作」といいますが、高等小学校を素晴らしい成績で卒業し、医者になるために東京に出て、医者として開業するための試験を見事一回でパスします。しかし、その頃からお酒を飲み、遊びに夢中になってしまいます。友達からお金を借りまくるような生活を送り、誰か相手にもされなくなってしまうのですが、ちょうどその頃、坪内逍遙の書いた『当世書生気質』という本が評判になり、清作も読んでみることにしました。そこで、びっくりするのです。なぜなら、その小説の主人公は「野々口清作」(ののぐちせいさく)という名前だったからです。しかも、人々から秀才と言われ、医学を目指しているのに日々遊びにふけり、ついには身持ちを崩すという物語でした。このままでは自分も堕落してしまうと惜り、名前を「英世」と改めて猛烈に勉強に励むようになったのだそうです。

読書の秋です。校舎建築のため図書室は現在も仮設教室になっていますが、図書室に足を運び、もう一人の自分、新しい自分を発見できるような「良い本」に出会ってほしいと思います。たくさん本を読むうちに、皆さんにとっての「良い本」が必ず見つかるはずです。

そして、皆さん自身の「美しい心」や「高い知性」を大いに磨きをかけるために、大いに読書を楽しんで欲しいと願っています。

人権について学び、人権感覚を磨こう

「権利」を尊重し、守ることは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。人権を尊重し、守ることは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。人権を尊重し、守ることは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。

「人権」を磨くことは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。人権を磨くことは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。人権を磨くことは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。

「人権」を磨くことは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。人権を磨くことは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。人権を磨くことは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。

終わりに、『りなちゃんきいて-ホスピスのおかあさんから、伝えたかったこと-』という絵本を紹介しします。山本順子さんというお母さんが5歳の一人娘のために書いた絵本です。

34歳となったある日、山本さんはガンのために余命3か月と宣告されます。ご主人はいません。一人残される我が子「りなちゃん」のために何か残してやりたいと必死に考え、絵本を書くことにしました。あわせて、「りなちゃん」が20歳になるまで、誕生日にバースデーカードが届けられるようにと願いを込め、亡くなる二日前までに15枚のバースデーカードを書き上げました。
（『お元気さます。-くすり屋さんのひとりごと-』教英子著 文芸社）

たいせつなひとが してしまつて いっぱい なみだが こぼれるけど ひとは しても おわりじゃないの。しね というのはね、かみさまに かりた「からだ」を かえすこと。うまれるときに、いのちだけでは みえない。どこにも いけないし……。いきていくための べんきょうをするために、かみさまが 「からだ」をかしてくれるの。みんなそれぞれ ちがった「からだ」。「からだ」は いのちの、ようぶく みたいなもの。いきているあいだに いろんなひとととであって、なかよくなったたり、けんかをしたり、なかなおしたり、ゆるしあったり……。ひとおりの べんきょうがすんだら、ふるくした「からだ」を また かみさまに かえすの。つぎに うまれてくる ために。いのちは そらでねおって、じゅうぶん ねおって やすんだら、また あたらしい「からだ」を かみさまが かして くれる。そうして つぎのたびにでるんだって。いちど このよで であったひととは、つぎのたびでも、また であうんだって！りなと おかあさんは、おやことして であつたね。こんどは おかあさんが りなの あかちゃんとして うまれてくるよ。また あえる、やくそく げんまん！ おかあさん、とつても たのしみ。おとあになつて すきなひとができたなら そのひとを たいせつにして下さい。りなが そのひとから たいせつに してもらえるように。りなも すてきなひとに なつてね！ おかあさんは おそらくから みています。

「人権」を磨くことは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。人権を磨くことは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。人権を磨くことは、人々の生活に豊かさを生み出すことにつながる。

「ピンチ(逆境や困難)をチャンスに変える三つの方法」

今日は、まず、この音楽を聞いてください。

この時期になると、世界中で演奏され歌われる『きよしこの夜』、英語の名前は“Silent Night”です。皆さんも、どこかで耳にしたことがあると思いませんか。実は、この名曲、クリスマス・イブの朝に起こった大きなピンチの中から生まれたものであるということ、『読むだけで「人生がうまくいく」48の物語』(中井俊巳著 成美文庫)という本で知りました。(以下は、その本の内容を再構成したもの)

あるオーストリアの山村に、貧乏な牧師が暮らしていましたが、1818年のクリスマス・イブの夜、その山村に降った大雪で、生まれたばかりの赤ん坊が凍死してしまいました。牧師は、その赤ん坊を祝福しようとして、オルガンで『きよしこの夜』を弾きました。その夜、山村の全員が感動し、その曲を唄いました。これが、『きよしこの夜』の由来です。

だが、メロディーがありません。そこで、すぐに詞を書き取り友人の音楽教師フランツ・グルーバーの元へ急ぎました。「フランツ、この新しい詞に作曲を付けてほしい。そして深夜のミサで歌おう。オルガンがあろうとなかろうとかわらない。ギターは弾けないし、作曲など無理だと断ります。モウル神父は諦めません。「ギターコードの三つくらいは知っているだろう。誰でもギターで弾けるような簡単な曲を作ってくれよ。そして、今夜、新しいクリスマス・キャロルをみんなで歌おう」。

グルーバーは熱心なモウル神父の求めに心を動かされ、1時間もしないうちにモウル神父の書いた詞にメロディーを付けてしまいます。それが後に世界中で歌われ親しまれるようになった名曲、『きよしこの夜』という歌でした。

この話を読んで、ピンチ(逆境や困難)をチャンスに変えるには、次の三つのことが大切であるということに気付きました。

- 一つ目は、モウル神父のように、絶対に諦めないこと
- 二つ目は、「オルガンがダメならばギターがある」というように、別の視点、違った角度から物事を見てもいいこと
- 三つ目は、モウル神父が友達のグルーバーの助けをかりたように、友達や信頼できる人に相談したり、助けを求めたりすること

私たちがピンチに立ったときには、この『きよしこの夜』の誕生にまつわるエピソードを思い出し、「三つの方法」を使って逆境や困難を乗り越えるだけでなく、自分自身を大きく成長させたり幸せをつかんだりするための「チャンス」に変えていきたいものですね。

「心のスイッチ」をオンにしよう

14日間にわたる休みの間に、年が改まり、平成26年、西暦2014年を迎えました。年が明けて初めて一堂に会しますので、新年の挨拶で始めたいと思います。

「明けまして、おめでとうございます」

今朝もかなり冷え込みましたが、新しい学期のスタートにふさわしく、空気が凛と張り、雲も少ないとても良い天気となりました。また、皆さんの努力でこの式を5分早くに始めることができるとともに、各学年代表生徒3名の立派な「今年の抱負」を聞き、今年も充実した一年になるなあという思いを強くしました。

さて、今年も元旦からとても穏やかで、気持ちのよい日が続きました。私は、今年一年がこの天気のように穏やかであって欲しいと願いながら、三が日を過ごしましたが、皆さんは、どのような気持ちでお正月を過ごしたのでしょうか。また、どんな決意をもって新しい年を迎えたのでしょうか。

新年になったといっても、時間の流れが新しくなった訳ではありません。けれども、元旦を迎えると何となく気分が改まり、あらゆるものが新鮮に見えるから不思議ですね。

高浜虚子という人は、「去年今年 貴く 棒の 如きもの」という有名な句を残し、「年は改まっても、時間は淡々と流れている。しかし、去年は去年、今年は今年で、はっきりと区切りがある」という私たちの心の持ちようを見事に歌い上げています。

また、こうした考えは西洋にもあるようです。英語で1月のことを January と言いますが、これは、ローマ神話に出てくる「ヤヌス」という神様の名前をとって付けたものです。「ヤヌス」は、古代イタリアの神様で、天国の入り口にある「門」を守護するとともに、物事の「始め」と「終わり」を司ると考えられています。

また、この「ヤヌスの神」には、前と後ろに二つの顔があり、後ろの顔は「過去」を、前の顔は「未来」を見ていると言われています。「過ぎ去った過去を反省し、これからの一年に新たな希望をもつ」という意味が込められた January という名前は、一年のスタートである月にとっても相応しいと思うのですがどうでしょうか。

3年生にとって残る3ヶ月は、中学校生活を締めくくる大事な時期であり、また、4月からの「新しい道」をどのような覚悟で進むのか、真剣に考えなければならぬ3ヶ月でもあります。

2年生にとっては、沼中の顔として活躍する中学校生活最後の年であり、自分の進路を決める大切な一年となります。

1年生は、中学校生活の中心となる年を迎え、中学生としての自覚をもって、生活を充実させていかななくてはなりません。

平成26年が、皆さんにとって「美しい心」「高い知性」「強い身体」を大いに磨き、大きく成長できるような一年であって欲しい、そう願いながら東井義雄という先生の残した『心のスイッチ』という詩を紹介します。

人間の目は ふしぎな 目
見ようという心がなかったら 見ているも見えない
人間の耳はふしぎな耳
聞こうという心がなかったら 聞いていても 聞こえない

頭も そうだ
はじめからよい頭 わるい頭の区別があるのではないようだ
「よし やるぞ！」と 心のスイッチが入ると
頭も すばらしい はたらきを しはじめる

心のスイッチが 人間をつまらなくもし すばらしくもしていく
電灯のスイッチが
家の中を明るくもし 暗くもするよう

さあ、自分自身の「心のスイッチ」をオンにして、皆で力を合わせながら、今日から新しい年の「第一歩」を力強く踏み出すことにしましょう。

「工夫しながら我慢することで、脳を鍛えよう」

一年で最も寒い時期を迎え、毎朝、零度を下回る日が続いています。四季がはっきりしている日本においては、何千年もの昔からこうした寒さを人々は経験し、しかも、今のように十分な暖房設備もない中でじっと耐え抜いてきたことを考えると、とても我慢強い民族であるようにも思います。

ところで、この「我慢強さ」と私たちの「脳」の発達の関係について、「マッシュマロ理論」という研究があることを最近知りました。今から、およそ 46 年前、アメリカのスタンフォード大学で、4 歳の子供 550 人に対して、次のような実験を行ったのだそうです。まず、マッシュマロ、クッキー、プレッツェルの中から好きなお菓子を一つ選ばせます。次に、選んだ好きなお菓子を与えて、今食べてもよいということを説明します。ただし、母親が出かけて戻ってくるまで、食べずに待っていられたら、もう 1 個与えることも説明します。つまり、「最初に 1 個もらえるけれども、母親が戻ってくるまで待っていれば、ご褒美にもう 1 個もらえる」というもので、子供は、「食べずに待つ」という我慢強さが試される実験でした。ほとんどの子どもが待つことを選び、その待ち時間の平均は 2 分間でしたが、中にはすぐに食べてしまった子どももいたそうです。

それから 15 年後、550 人の子どもたちに対して追跡調査を行いました。アメリカには、大学入試のために行う“SAT”という実力テストがあります。満点は 2,400 点ですが、我慢できた子どもの平均は 1262 点、我慢できなかった子どもの平均は 1052 点で、実に「210 点」の差があったのだそうです。また、4 歳のときのときの実験で我慢して待てた子は、成績が良いだけではなく、コミュニケーション能力に優れ、対人関係も良好であるとともに、困難な課題にも進んで立ち向かう傾向があったのに対し、すぐに食べてしまった子は、ストレスがたまりやすく、問題行動も多かったという結果が得られたそうです。

では、我慢して待つことができた 4 歳の子どもたちは、大好きなお菓子を目の前にしながら、食べずにじっと我慢していただけなのでしょうか。

この実験では、我慢できた子は、手で目を覆ってマッシュマロを見ないよにしたり、部屋の隅に立って視界からマッシュマロを遠ざけたり、お下げの髪をいじって気を紛らわしたり、中には、マッシュマロを「縫いぐるみ」に見立てて遊んだりするなど、気持ちを自分から遠ざけようと、4 歳児らしい色々な工夫をしていたのだそうです。こうした工夫をすることにより、参加した 4 歳児 550 人のうち、約 25 %が 15 分後まで食べないで待つことができました。

マッシュマロ理論は、「さまざまな困難や誘惑に出会ったときに、自分の気持ちをコントロールするために色々な工夫をすることにより、我慢強さが生まれるとともに、そのことで自分自身の脳が鍛えられ、社会への適応能力も育っていく」ということを教えてくれる実験と考えられています。

まだまだ寒い日が続きます。特に、3 年生にとっては、大きなプレッシャーに耐えながらの我慢の日がもう少し続くこととなります。そんなときに、この「マッシュマロ理論」の話思い出して、今こそ自分自身の脳を鍛える絶好のチャンスであると考え、苦しさや、辛さ、プレッシャーに、ただじっと耐えるだけでなく、時には読書をしたり、散歩をしたり、あるいは、やがて訪れる新しい生活について想像を巡らしたりするなど、色々な工夫をして目の前の困難を乗り越えて欲しいと願っています。

「感謝の心」を大切にしよう

先月の 14 日(金)の夜から 16 日(日)に掛けて雪が降りました。建物や農作物等に大きな被害をもたらす大雪でした。今もなお、その雪がいたるところに残っています。また、「118 年ぶり」と言われる豪雪のために、17 日と 18 日の二日間は、学校を休みにしなければなりません。しかし、19 日(水)からは、どうにか学校を再開することができました。実は、皆さんの通学路が一日も早く通れるようにと、地域の方々や市の職員の方々が休日も返上して懸命に雪かきをしてくださったお陰なのです。中には、夜遅く、深夜に至るまでスコップをもって道を作ってくださった方もいると聞いております。今回の大雪により、群馬県だけでも 247 億円に達する大きな被害が出てしまいましたが、一方で、地域の方々の、学校、あるいは、生徒の皆さんに対する「温かな心遣い」や「熱き思い」を知る機会ともなりました。

こうした地域の方々のご尽力に心から感謝するとともに、そのご恩に報いるためにも、「校舎が新しいだけではなく、生徒も素晴らしいね」と言っていたような沼田中学校にしていくという思いを新たにしました。

ところで、「この感謝の心をもって、お世話になった方々のご恩に報いる」ということで出陣することがあります。それは、ソチオリンピックで、女子フィギュアスケートに出場した浅田麻央選手のことです。皆さんも知っているかと思いますが、ショートプログラムでは、自分の思ったように体が動かなかった浅田選手は、まさかの 16 位となってしまいます。演技が終わった夜は、「取り返しのつかない失敗をしてしまった」「もうスケートを辞めてしまいたい」と思い悩み、やっと眠りにつけたのは、明け方の 4 時頃だったそうです。そして、フリーの演技のある朝の練習でも、依然として体の切れが悪かったそうですが、そこで気づくのです。

「これまで、どれだけ多くの方々のお世話になり、また、多くの方々に応援していただき、中々大好きなスケートを続けることができたのか。また、そうした方々のお陰でソチのリンクに立っている」ということに気づき、「自分は、いったい何をしているのだ」「こんなことで悲しんでいる場合ではない」と、自分の不甲斐なさに「怒り」を感じ、「もう一度、自分の全てをかけて自分のスケートをしよう」と、自分自身を奮い立たせたのだそうです。

こうして迎えたフリーの演技、これまで指導してくださったコーチや二年前に亡くなったお母さん、そして、応援してくれている多くの方々への感謝の気持ちを心に、全神経を集めて全力で立ち向かい、史上初の 6 種類 8 回の三回転ジャンプを成功させ、これまで自分の最高得点を上回る演技ができた浅田選手。演技終了後のインタビューで、「4 年間、一かから見直してきたものが全て出せた。支えてくれた方々に、最高の演技で恩返しができたい」と答える姿を見て、自分を支えてくれている人への「感謝の気持ち」や「恩返しをしたい」という思いは、物事を成し遂げるための大きな「力」となるとともに、私たちに、困難に立ち向かうための「勇気」や、どん底から這い上がるための「エネルギー」を与えてくれるのだと改めて思いました。

私たち人間は、自分以外の人間と出会うことによってしか、成長することはできません。決して一人では、成長もできないし、生きていけない生き物なのです。だからこそ、「教知れぬ多くの方々のお陰で今の自分がある、という気持ちを普段から大切に、日々の生活を充実させていかなければならない」とそんなことも教えてくれた浅田選手の演技だったように思います。

さて、本年度の学校集会も今日で最後となりました。拙い私の話にも、毎回真剣に耳を傾けて、熱心に聞いてくれた皆さんに心から感謝し、最後の学校集会を締めくくりたいと思います。本当にありがとうございます。

東日本大震災からは 11 日で 3 年になる。約 26 万 7 千人が今なお、避難生活を強いられている。仮設住宅には約 10 万 4 千世帯が暮らし、岩手、宮城、福島県の 3 県のプレハブ仮設住宅の入住率は約 84% になる。同時期の入住率が 50% 台だった阪神大震災と比べて、暮らしの再建の遅れが目立つ。

【写真】震災で約 800 人が犠牲となり、約 40 人の行方がわからない宮城県名取市閉上(ゆりあげ)地区。小高い丘の日和山に建てられた慰霊碑には、犠牲者を悼む人たちの姿が絶えない。震災前から度々、訪れていた福島県郡山市の阿部一則さん(58)、美紀子さん(51)夫妻。「変わりすぎた風景を見るたび、つらく感じます」と美紀子さんは話した=10日午後、山本壮一郎撮影

警察庁によると、震災による死者は 1 万 5 884 人、行方不明者は 2 633 人(10 日現在)。10 日も宮城県女川町の女川湾や福島県の沿岸部で海上保安部や警察が捜索した。

震災後の避難生活による体調悪化や自殺などによる「震災関連死」は 3 県で 2 973 人。原発事故による避難が続く福島県では、地震や津波による直接の死者数を上回った。