令和２年度　学法福島高等学校　文理・特別進学コース　３学年通信《５月号》　VOL. 3-2

Sky High

2020/5/7

１年後の自分を頭に描いて

今年も、新緑がまぶしい季節がやってきました。新型コロナウイルスの流行のため、今年は季節を感じ取る心の余裕もありませんが、せめて窓からの景色や散歩などのときに目に入る野山や街の様子から季節感を味わってほしいものです。

２年前、初々しかったみなさんも３年生に進級し、急に大人びてきたように感じられます。いよいよ本格的な受験生としての生活が始まります。昨年度までとは異なり、今年はお盆もクリスマスもお正月もありません。誰にでも受験が近づくにつれて焦りも出てきます。睡眠時間を削ってでも勉強したいという気持ちにもなることでしょう。今年は、一生の中でも最も勉強する年となると思います。また、今年度は長い臨時休業があって全教科において授業も遅れています。今後もどのような状態で勉強できるか、先が見通せない日々が続いています。特に、今年度の３年生は例年よりも険しい１年間を過ごすことになりそうですが、そんなときこそ、自分をしっかり律して強い意思を持って勉強に臨む必要があります。

そんなつらい１年間ですが、１年後の今ごろのことを頭に描いてみましょう。大学や専門学校のキャンパスを友人と楽しそうに歩いていたり、スポーツや芸術、趣味などに打ち込んでいたりするあなたがそこにいるのではないでしょうか。

受験勉強がつらいとき、成績が思うように上がらずに落ち込んでいるとき、ふと１年後の自分を想像して、自分自身を励ましてみてください。目標や夢がある限り、人は成長します。自分自身を信じて、この受験勉強を乗り切ってください。みなさんの周りにはご家族の方々、先生方がいて、あなたのことをいつも応援しています。

生活のリズムは朝の行動で決まる

臨時休業の中、規則正しい生活を送ることができていますか？　不規則な習慣ができてしまった人は、早く本来の規則正しい生活に戻せるようにしたいものです。さらに、学校が再開したときに気を付けてほしいことがあります。

近年、朝寝坊が原因で急いで登校し、交通事故の被害者や加害者になる事故が多くなってきています。時間の余裕がなかったばかりに、交通事故に遭ってしまい、骨折して２か月も入院生活をするという事態も考えられます。ただでさえ受験生として勉強に追われているのに、このようなことになってしまっては困ります。加害者となって高齢者の方をけがさせてしまうということもあり得ます。相手のけがの様子、謝罪、賠償のことが気になって勉強どころではなくなります。

また、朝寝坊すると遅れた時間のしわ寄せが「朝食抜きの登校」となります。朝食抜きでは若いみなさんは体力が持ちません。朝食は、午前中の活動のエネルギー源です。朝食をとっていない人は、午前中元気が出ませんから、学習への意欲が乏しくなり、高校生活は意味の薄いものになってしまいます。朝食をとることによって腸も動き出し、便秘にもなりにくくなります。「しっかり食べてしっかり出す」が健康の基本です。

特に、貧血や胃の調子が悪い人にとって、朝食は大事です。少し早起きして朝食をしっかりとるようにしたいものです。１日の生活のリズムは、「朝」の食事をとるかとらないかで決まります。１日の順調な滑り出しは、朝の余裕ある行動から生まれます。

受験勉強で夜遅くまで起きていることが多くなる時期ですが、朝はきちんと起床してください。そうすることで、自己の生活を行動力あるものに変化させることができます。

『風の旅』から

神様がたった一度だけ
**　この腕を動かして下（くだ）さるとしたら**
母の肩をたたかせてもらおう
風に揺れるぺんぺん草の
**　実を見ていたら**
そんな日が　本当に
**　　来るような気がした**

この詩を書いた星野富弘（ほしのとみひろ）さんは、大学を卒業して体育の先生として赴任しましたが、わずか２か月後にクラブ活動指導中に誤って墜落し、手足の自由を全く失ってしまい、寝たきりの過酷な障がいに直面してしまいました。

星野さんはその後、絶望的な闘病生活に屈せず、苦しい努力の末、口に筆をくわえて文字を書き、絵が描けるようになりました。その詩と絵をまとめた本が『風の旅』ですが、そこに載っているのがこの詩です。世界中の人々が今、新型コロナウイルスのために苦しんでいます。苦境にもめげず、プラス思考で生き抜く星野さんの姿勢を私たちも見習いたいものです。

私たちは健康であるがために気づかない大切なものを、この詩の中に見つけることができそうです。現在、私たちが失ったもの、失いつつあるものを、再発見してほしいと思います。また、今あるものを大切にしてほしいと思います。

５月１０日は母の日です。照れくさい気持ちは分かりますが、日ごろの感謝の気持ちを表してみませんか。

オンライン授業始まる

新学期の授業が行われないまま、臨時休業に入ってしまい、皆さんには自宅学習中の課題が各教科から出されました。いつまでも課題だけで受験の力を付けることは難しいということで、来週以降、本校ではまず３年生からオンライン授業を開始します。既にオンライン授業を開始している学校も少しずつ出てきましたが、全国的に休校が長引けば、これから多くの学校がこのような形で授業を行っていくと考えられます。

学校で友だちといっしょに受ける授業とは異なりますが、同じ時間帯に３年５組・６組の生徒諸君が同じ授業を受けるという点では今までと変わりはありません。自宅だからと言ってお菓子を食べながら授業を受けたり寝そべって受けたりということのないようにしてください。ほとんどの先生方もこのようなスタイルの授業は初体験で、緊張しています。皆さんも緊張感を持って新しく始まるオンライン授業に臨んで力を付けてください。

なお、ご家庭で視聴することのできない環境にある場合や、つながらない場合は、遠慮なく学校へお電話ください。保護者の方の側でお子さんの情報機器に制限を掛けている場合には、この時間帯だけは許可していただけますよう、お願いいたします。

SERIES「学生時代の私」　　石澤 謙輔

今年度の学年通信は先生方の学生時代を紹介ということで、まずは石澤の学生時代を紹介します。学生時代といっても小中高に浪人生や大学といろいろありますので、私は大学時代をチョイスします。聞こえのいい、そして聞く側にとってはつまらない話をすると、教授が好きすぎてゼミ長をやっていたり、懸賞論文に応募してみたら入選し国会図書館に論文が永久保管されることになったり、学科の生徒学会で事務局長をやったりと、学生としてはそれなりなことをしていました。面白くないですね。

ということで、勉強面よりは生活面を書いてみます。私は両親から「橋の下でお前を拾った、高校卒業後は家を出て自立しろ。」と言われ続けて育ち、大学は自分で学費を賄うように仕向けられました。もちろん奨学金は借りましたが、それだけでは一人暮らしの費用は到底足りず様々なアルバイトに手を染めました。思い出せる限りで、年賀状配達・ファミレスの厨房・ホテルマン・民宿の住み込み・交通誘導（道路で旗を持っているガードマン）・コンビニの夜勤・大学の事務補助・スケート教室のインストラクターなどなど。お金を稼ぐって大変なのだなぁと考えながら生きていた４年間でした。ただ、どの仕事を振り返ってみても、それなりに楽しくやっていたかなと思います。仕事の内容だったり、職場の人たちとのやりとりだったり、楽しくなければどうすれば面白くなるのか、あの手この手で考えていました。今の自分の行動原理の一つに「楽しくなければ自分で面白くすればいい」というのがありますが、きっと大学時代に培われた素養の一つなのだなぁと思い返しています。

高杉晋作の辞世の句といわれているものに、「面白き　こともなき世を　面白く」というのがあります。また大泉洋さん主演の『アフタースクール』という邦画のラストのセリフに、「この学校つまんねぇだのなんだの。……あのなぁ、学校なんてどうでもいいんだよ。お前がつまんないのはお前のせいだ。」というものがあります。どちらも興味があったら自分で調べてちゃんと解釈を見てほしいのですが、字面だけでいうと「楽しむ」のも「楽しめる」のも「楽しくする（無理やり）」も自分です。いろいろやって、全部楽しむ。それがもしかしたら一生涯の自分の「楽しみ」になるかもしれません。

ここまで書いていて、私は楽しく文字を打ちましたが、読んでいる皆さんはどうですか？

え、面白くない。そうですか……、自分なりの楽しみを探すために読み返しましょう笑

（３年５組担任・地歴公民担当）

※写真は富士山頂にての石澤（右）と一緒に登ったナカジ（左）

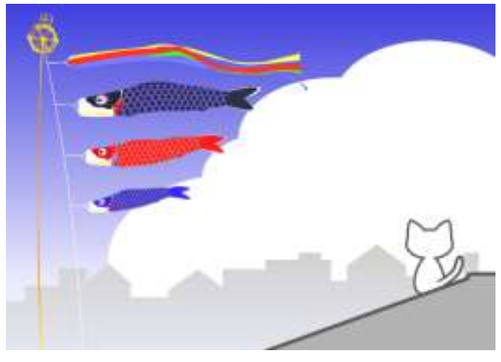
５月の行事・予定（仮）

5/７（木）	臨時休業延長
授業再開後（未定）	進研模試 ※３年次の模試成績は三者面談・推薦入試判定などに用いる。休校の場合は延期や中止となることもある。
6/１（月）	衣替え基準日　※指定された服装以外の登校厳禁。
４（木）	第一学習社小論文模試（６校時）※状況によっては、延期や中止となることもある。

※上記のものはあくまで現時点での予定です。新型コロナウイルス感染拡大防止のために行事・日程が大幅に変更になることがありますので、ご了承ください。なお、日程変更の連絡は学校のホームページでご確認ください。
※年度当初に集金している「諸経費」と「模擬試験受験料」は、金額が確定しだい集金させていただきます。
※大学予約奨学金の申し込みをされる場合、学校再開時、希望する生徒に申請書類をお渡しいたします。その後、各自が学校のコンピュータを使用して申し込み手続きを行います。申し出のあった生徒から担当教員の所へ行かせますので、保護者の方が希望する場合にはお子さんにその旨を伝えてください。

保護者の皆様へ

新年度が始まったものの、授業が始まらずに新型コロナウイルス感染拡大による臨時休校がさらに延長せざるを得なくなりました。世の中はこれまでに経験したことのないような混乱を極めています。今後活躍が期待されていた高体連の県北予選、県大会、東北大会、全国大会も中止が決定しました。今までつらい練習に耐えて心身を鍛えてきた成果を、最後の大会で発揮することができないまま、３年生は引退の時期を迎えなければならなくなりました。特に、運動部や大会のある文化部の生徒は、やり場のないもどかしさ、むなしさ、怒り、無念さが込み上げてきていることと察します。同時に、今回のような緊急事態はしばらくの間繰り返されることも予想され、授業もどのぐらい確保できるのか全く未知の状態となっています。ただ言えることは、人の命は尊い物で、これに勝るものはないということだけです。新型コロナウイルスに感染しないように、もしかかってしまったら重症化しないように、誰かに移さないようにということに細心の注意を払っていかなければなりません。学校ではお子さんの健康面を第一に考えながら、学びの確保、学力の向上を目指していきたいと考えております。まずは、オンライン授業を行ってまいります。保護者の皆様方にはご心配やご苦労をおかけしますが、その都度、ご協力くださいますよう、お願いいたします。

世の中が混乱している最中ですが、お子さんの入学試験も近づいてきております。２月から、学校では志望動機作りをさせて志望校に入学したいという根拠と、進学後どのような学生生活を送りたいのかという展望を考えさせています。また、志望動機を文章化するという作業を通して、受験に対してのモチベーションを上げていきたいと考えています。近日中には担任とお子さんとの個人面談を実施し、夏には保護者の方を交えて三者面談を行う予定です。現時点の日程では、総合型入試（ＡＯ入試）と学校推薦型入試は８月下旬に正式な希望を提出していただき、推薦会議を実施します。ここで、保護者の方とお子さんとの意見の食い違いが生じると、面談中に的確な助言もできず、誤った進路選択を行ってしまうことも考えられます。今のからお子さんと話し合う機会を作っていっていただければと思います。

最後になりますが、お子さんとご家族の方々のご健康をお祈りしています。苦しい時期ですが、この苦境を乗り切って、平穏な日々が戻ることを本校教職員一同願っています。