

令和3年度 1学期終業式

梅雨が明け、毎日、夏らしい青空が広がっています。外(そと)部活の生徒の真っ黒な姿を見ると「☆な・つー☆！」っと実感します。今年になっても、新型コロナ感染は、何波も押し寄せて来ていますが、それらの多くの制約の中、100%とは言えないまでも、乗り越えてきた皆さんへ、まず、「よく頑張った」と言いたいと思います。昨年度1学期は、コロナ休校のため5月下旬からスタートしての約2ヶ月間でした。今年はおおよそ計画どおりの1学期となりましたが、約4ヶ月、長く感じたのではないのでしょうか？学校というのは、毎年毎学期の積み重ねですから、1度でもそれが欠けてしまうと、「それってどうするだっけ？」「1学期なげー！」「へとへと、めっちゃ疲れる」等と、その後に影響します。皆さんも、夏休みに入ってリズムを変えてしまうのではなく「休むときは休む」「部活をやるときは全力で汗を流す」「勉強するときは集中して勉強」「遊ぶ時はしっかり遊ぶ」などケジメをつけることで、学習・部活・習い事などの効率が上げてください。ある心理学者が言っていましたが、夏ダラダラしないコツは、「ルーティン」により生活リズム保つことだそうです。例えば、朝のラジオ体操やランニング、朝シャワー、パジャマを着替えることだそうです。皆さんも是非「目覚ましルーティン」を実践してみてください！話は変わりますが、最近、南アフリカで暴動200人以上死亡、ドイツベルギー洪水190人以上死亡、コロナではオリパラの無観客問題や選手村の感染者問題や開会式の曲変更等、身近なところで静岡県熱海土砂災害18人死亡12人行方不明など、暗く悲しい報道が相次いでいます。皆さんも、自らの命は自ら判断して守ってほしいですが、そんな中、唯一、傑出した明るいニュースがあります。それは大谷翔平選手の活躍です。日本人がMLBの顔になる、MLB人気を支える、とまで言われる時が来るとは、ノモ・ゴジラ・イチロー・タナカ・ダルビッシュでも想像できませんでした。皆さんも聞いたことがあるかも知れませんが、大谷選手は、高校時代に「目標達成シート(曼荼羅チャート)」を書いていました。様式は単純で四角形を9マスに分け、真ん中には目標が書かれ、その回りには達成するための要素が書かれています。その要素8個は、更に中心を囲むように、周りに9分割されたマスが置かれ、その要素を達成するための要素が書かれます。大谷選手は、中心にドラ1、8球団と書き、要素8個中6個へ野球選手に必要な要素(体づくり、コントロール、スタミナ、メンタル、変化球、球の切れ、160km)と書きました。メンタルの所では「はっきりとした目標を持つこと」で強くなると書いているのが印象的です。(以前、二中女子バスケの指導で取りあげました)残りの2つはもっと印象的です。1つは「運」と書いています。目標を達成するためには運が大事だと言うのです。そして、その「運」を手繰り寄せるために大谷選手が挙げたものは(ゴミ拾い、挨拶、読書、部屋の掃除、道具を大切に使う、プラス思考、審判への態度、応援される人間)です。今期中に10年400~500億円の契約をするのではと報道されている彼が、グラウンドでゴミを拾っている姿には本当に驚きます。さて、最後の1つに何を書いたでしょう？彼は「人間性」と書きました。プロになるためには人間性が必要だと言うのです。そして、更にその「人間性」を達成するために彼が挙げた要素は(愛される人、信頼される人、礼儀、感謝、思いやり、計画性、継続力、感性)です。5月頃、部活の練習を見て歩いていたところ、男子バレー部の顧問の先生が、部員を集め、「愛される部活になるように挨拶をしましょう！」と言っていました。大谷選手風に考えれば、「愛される部活になるよう努力することで人間性を高められる」「挨拶やゴミを拾うことで運を引き寄せることができる」ということになります。メジャーリーガーの顔(世界の顔)になっても、愚直に高校生時代の曼荼羅チャートを実行し続ける大谷選手の、純粹でブレない強い信念に学ぶところは多いと思います。皆さんも「曼荼羅チャート」を、是非やってみたらいかですか？

校長 池谷 英人