

5つのキーワード ～1学期終業式～

【7月19日（金） 平成31年度 1学期終業式 学校長式辞から抜粋】

高校生活を豊かにするための5つのキーワードを紹介します。それは「かきくけこ」で始まる5つの言葉です。

「か」は感謝です。日常生活の中では、イライラしたり腹が立ったりすることがありますが、感謝の気持ちが足りないから腹が立つのだと思います。

「自分のことは自分でやっているし、別に感謝しないといけないようなことはない」と思う人がいるかもしれませんが、そう考える人は、得てして、うまくいかなかった時に、「自分はこれだけやっているのに周りの人は何もしてくれない」と思うから、周りの人に対してイライラしたり腹を立てたりするのではないのでしょうか。心のどこかに、してもらって当たり前という気持ちがあるのです。

私たちは、できないことやうまくいかないことを環境や他の人の責任にしやすいものです。運が悪かった、環境が悪かった、親が悪い、先生が悪い、あの人がしてくれないからだ責任転嫁しがちです。でも、本来、自分のことは自分の責任でやるのが当たり前で、うまくいかなかった原因の大半は自分にあります。そんな時に、あなたを助けてくれる人やあなたのことを気遣ってくれる人に対して、感謝する気持ちを持つことが大切です。自分の責任だし、自分でやらなければならないのだけど、自分一人ではできないことは何もありません。周りの人に対して感謝の気持ちを持てるようになりたいものです。

「き」は興味です。興味の反対は無関心です。興味を持つことでものの見え方が変わります。興味を持つことで多くの発見や気づきがあります。いろんなことに興味を持ちましょう。その中から何か自分に大切なものが必ず見つかります。

「く」は工夫です。すでに多くの方は勉強や部活で自分なりの工夫をしていることと思います。工夫することの楽しさを見つけて、些細なことでも自分なりにちょっと工夫する習慣を身に付けましょう。

「け」は健康です。健康にはくれぐれも注意してください。体の健康とともに心の健康管理も重要です。体と心の健康のためには、しっかりと休養を取って体を休めること、でも休養だけではなく運動して体を動かす、友達としゃべって口を動かすことで発散すること、そして食べること、寝ることでエネルギーを吸収する、本を読んだり、映画を観たり、音楽を聴くことでやる気を吸収することが有効です。

「こ」は向上心です。もっとうまくなりたい、もっとできるようになりたいという気持ちを持ち続けることが必要です。向上心は人生のエネルギーです。

「感謝、興味、工夫、健康、向上心」をキーワードに、有意義な夏休みを送ってほしいと思います。

（校長 高橋信之）