



「喜べば」



2026・2・13 第28号

文責 森本 聰一郎

心身の健康維持。進路目標の決定

普通であることを最低限のレベルと心得よう。

その最低限のレベルをどこまで上げていくかが課題です。

1. 「自分にできることをやればいい」 酒井雄哉(比叡山飯室谷不動堂長寿院住職)

「人生とは何か?」と聞かれたら、それは自分を知ることだと、自分を知ることが悟りだ、とよく言われる。人生を生きていく上では自分をよく知ることは大切である。どんな時でも最終的には自分が頼りになる。物事の善し悪しを判断するのは、自分以外にいないし、自分の人生を他人が代わりに生きることもできない。行動するのは自分だから、どんな問題でも答えは自分で見つけなければならない。そうは言っても、道に迷っている人や自信のない人は、何をどうしたらいいのか分からず、失敗が怖くて何もせずに頭の中で考えてばかりいるのかもしれない。

そんな時はなんでもいいから、自分にできることをできる範囲内でやり続けていけばよい。続けていくうちに自分にできることや合っているものが分かってくる。無理をして何でもできるようにしようとすると、自分の領分を超えて、ストレスがたまり体調を崩し、大切なものや自分自身を見失ってしまう。

自分をコントロールすることは人間関係でも役に立つ。自分をしっかり持つていれば、相手のペースに巻き込まれず、自分を保っていられる。苦手な人がいても、相手の態度や心模様に対してこだわりを持たずに普通の人と会話するようにしていればよい。相手が変な目で見ようと嫌な顔をしようと、それは相手の勝手であるから。人間は感情で動く面もあるから、そう簡単にはできないかもしれないけど、相手にできるだけこだわりを持たないことが大切である。

若い人たちの中で、将来の夢や自分の道が見つけられないと言って悩みを抱えている人が多い。頭を使って、「ああだろうか、こうだろうか…」と、一生懸命に考えている。いっぱい知識を持っていると選択肢も増えるから、ますます悩みに迷い込んでしまう。まるで自分で心配事を増やしているみたいである。若いうちは自分の生き方が決まらないし、人のやっていることを見ると良く見えたり、人のやり方を見て「自分なら、もっとうまくできる」なんて思う。若くて実力も備わっていない頃に頭であれこれ計算して考え過ぎると、コツコツやっている人が馬鹿に見えたりすることがある。だけど、自分でやりもせず、頭の中の計算だけで「こういうもんだ」と物事を判断しても、実際には世の中はその通りにはならない。そのうちに、コツコツやっている人の方がうまくいって、自分を追い越していくことによくあることだ。

**やっぱり、どんなことでも一生懸命にやって、怠け者にならないで実践すること。
「こうやって生きていくんだ」ということは簡単なことではないけれど、そうしていくうちに自分の生きる道が少しずつ開けてくるから…。**

コツコツ実践していけば何か得るものがあるし、それが見えてくると迷わなくなって心配事も減ってくる。日々の実践が、迷いや不安を消して、自分の道を切り開いていく。

2. 「学年末考査時間割」

年5回の定期考査最終回。計画的に取り組むこと

	2/19 (木)	2/20 (金)	2/24 (火)	2/25 (水)	2/26 (木)
1限	家庭基礎	地理総合	地基・物基 物理	日世探・化学	論表Ⅱ
2限	論理国語	古典探究	英コミュⅡ	保健	同窓会入会式
3限	実英・国探 情報Ⅱ	数学B	文国・生物	数学Ⅱ	卒業式予行

※SHR開始は、通常通りです。考査中の休憩時間は15分です。

考査受験時の注意

何があっても弱い人間になってはダメ！テストでしくじっても、ダメ人間にはなりませんが、不正行為や迷惑行為をする人間は完全に失格です。

1. 不正行為はもとより、私語・わき見など疑わしい行為の一切を禁じる。不正行為と判断されたり、試験監督の指示に従わない場合は、厳しい指導を行う。テストの0点よりも、人間性に欠点がつくことの方が恥です。
 - ア) 考査中は机の中を空にする。天板への落書きは何であれ不正受験とみなす。
 - イ) 筆箱も鞄の中に入れる。机上は鉛筆（シャーペン）や消しゴムのみ。
 - ウ) 鞄類等は椅子の下に入れ、通路を空けておく。
 - エ) 質問がある場合や筆記具を落とした場合は黙って挙手をし、監督の先生を呼ぶ。
 - オ) 終了のチャイムと同時に鉛筆（シャーペン）を置く。
 - カ) 試験中の途中退室は、よほど事情がない限り認められないので、用足しなどは休憩時間中に済ませておく。
 - キ) 携帯電話を机の中に入れたり、身に着けていることが判明すれば、即座に不正行為とみなされる。
 - ク) ノートやワークの提出を忘れずに。遅れても必ず提出しよう。遅れる場合は直接教科担当者に渡すこと。大切な平常点です。（心配な生徒ほど未提出です）
2. 職員室は入室禁止。しかし、質問などは自由かつタダですから、積極的に願い出ること。「聞くは一時の恥聞かぬは一生の恥」ですから。指名された補充授業を無断で欠席することは絶対に許さない。
3. 万一、考査を欠席するような場合は、必ず連絡を入れて指示を聞くこと。考査の未受験は著しく不利になるので、絶対に欠席しないこと。



3. 「今後の予定」

- 2月 13日 (金) 50分×3時間 大掃除 13:00 完全下校
16日 (月) 推薦入試（生徒休業日）
19日 (木) 学年末考査（～26日まで）
25日 (水) 3限考査後、椅子並べ及び大掃除
(正副委員長、体育委員2名、HR委員2名)
26日 (木) ①考査 ②同窓会入会式参加及び予行
27日 (金) 卒業式参加
3月 2日 (月) 考査返却
3日 (火) 球技大会