

学校新聞

平成27年度  
「薫風」第2号  
5月26日(火)

# 薫風

～緑新たに風も薫れり～



発行元 東京都立大崎高等学校全日課程 〒142-0042 品川区豊町2-1-7

東京都立大崎高等学校長 白井 克昌

## ○朝の読書活動の推進

朝の読書活動を先日拝見しました。静かに読んでいる朝の雰囲気はとても良く、ほっとした気持ちになりました。

私達は過去の出来事について体験をできません。また、私達の時間は有限で様々なことを体験したくても体験するための十分な時間がありません。しかし、読書を通して、私達は体験できない様々な体験を擬似的に体験することができ、そこから満足感や充実感が得られます。例えば、読書を通して、歴史を溯りその時代の様子を体験できること、スポーツや音楽の世界について体験できること、宇宙、海底、山や動植物などの自然界の様子について体験できることなどです。私達が直接体験できないことを、読書から擬似体験ができ、その世界を知ることができます。

さらに、本には沢山の人の生き方や考え方が書いてあります。つまり、他者から生き方や考え方を学ぶことができます。坂本龍馬など歴史上で活躍した人から、映画・スポーツ・経済・政治などで現在活躍している人から、小説に登場してくる人物から、他者の生き方や考え方を学ぶことができます。私達がよりよく成長するためには、他者の生き方や考え方を学んでいくことが必要です。そのことを通して、さらに自分を成長させていくことができます。大崎生は、最低でも毎月1冊は読書をし、良き生徒、良き社会人になってほしいと願っています。

## ○決意と行動、チャレンジ精神の大切さ

オリンピック・パラリンピック教育推進校に指定されました。今後、オリンピックやパラリンピックについて学ぶ機会を設けていきます。すでに、図書館には、オリンピック・パラリンピックコーナーを設置しました。今後も生徒がオリンピックやパラリンピックを調べたりできるようにしていきます。オリンピックと言えば、私は、一つのエピソードを思い出します。1936年、ドイツのベルリンで行われたオリンピック大会で100m走、200m走、走り幅跳び、400mリレーの4種目で、金メダルをとったアフリカ系のアメリカ人のジェシー・オーエンスという選手がいました。オーエンス選手は、綿つみを行う大家族の一家に生まれました。病弱でしたが、肺炎にかかっても医者に診てもらおうお金がないほど、家は貧しかったといえます。学校に通いながらも収穫の時は働かなければなりません。しかし、決してへこたれずに学び抜き、大好きな陸上に打ち込んでいきました。練習に練習を重ね、高校時代から、その才能をぐんぐん伸ばしました。オーエンス選手は、「私たちは皆、夢をもっています。その夢を現実のものとするには、凄まじい決意、献身、自己鍛錬、そして努力が必要です。」こう語っています。大崎生もこうした凄まじい決意で、自己鍛錬してほしいと思います。それが自信と誇りにつながっていきます。

また、6月19日の全校集会では、世界11カ国で震災を語る一人旅をした菅原弓佳さんを招いて講演を行います。菅原さんは、東日本大震災で被災し、激変した街の風景に衝撃を受ける一方で、海外からの寄付や支援に心を動かされました。大学に進み「広く世界を見てみたい」と3年生になる春から休学し、アルバイトで資金をためて世界に出発しました。菅原さんは子供の頃から世界地図を見るのが好きで、世界一周を漠然と夢みていました。世界が日本に支援してくれた感謝の気持ちを伝えたいという思いで決意して行動し、夢を実現させました。大崎生の皆さんも夢の実現に向けてチャレンジしてほしいと願っています。

## 「変化と成長」～自信と誇りを持った生徒学校生活のために～

新しいことに挑戦した時、例えば今までにやったことがない勉強方法やトレーニングに、新たに挑戦すると最初はつらいことが多かった経験はありませんか。

私は部活動で新入生に、独自のサーキット・トレーニングの練習方法を教える時にこう説明しています。

始めて1週間は筋肉痛等の苦しみが伴う、それを“我慢”の時期と説明しています。

入浴やストレッチを行いながら筋肉痛を乗り越えて我慢して続けること、1か月くらい。身体がその新しい内容に慣れてきます。それを“慣れ”の時期と説明しています。

さらに続けること、約3か月から6か月。その身体的変化、楽にできるようになることがわかってきます。それを“効果”の実感時期と説明しています。

さらに続けること、約6か月から12か月、その身体的変化から、余裕を持ち強度や回数を増やすことが可能であるということを実感することができます。それを“成果”の実感時期と説明しています。

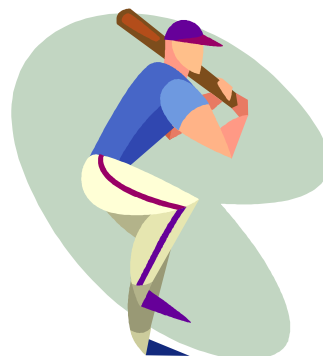
そして続けること、約1年、その身体的変化から自分が変わったことを実感することができるようになります。ここまで頑張っ続けて続けることこそ“成長”です。

成長は自分ではなかなかわからない。しかし、このような努力をすれば自他ともに認める成長を実感することができる。

その成長こそが「やればできる!」という自信になります。またこのような過程を経ることにより、「継続は力なり」を実感できます。そしてそのことによる自信は、「自信は力なり」につながります。さらに、このような「変化と成長」こそが、やがて皆さんに「誇り」を持たせてくれることでしょう。

私は今でも毎日必ずトレーニングを続けています。辛いときもあります。やりたくないときもあります。そのような時、私を奮い立たせる言葉があります。高校時代の恩師の言葉です。今日は最後にその言葉を紹介しましょう。

「おい! 湯川! トレーニングって1日休むと3日前に戻るんだそうぞ!」



## 進路実現に向けて

3学年主任 鈴木 勝雄

もうすぐ体育祭です。3回目そして最後の体育祭になります。この行事が盛り上がり思い出に残るすばらしいものとなるよう、各自それぞれが気持ちを思いっきり入れて取り組んで下さい。今回の体育祭を含め、これからの学校行事はいずれも最後となります。1、2年の時以上に良いものとなるよう、そして悔いの残らないものにしてほしいと思います。

ところで、3年生は卒業に向けて学校生活にしっかりと取り組んでいくとともに、各自の進路希望の実現に向けた取り組みがとても大切になります。6月の三者面談では、各自の進路希望を保護者とともに確認し、最終決定することになります。そして、それを実現するためにはどのようにしていけばよいのかを考え、実行に移していかなければなりません。勉強の仕方、学校生活の過ごし方、そして、今、自分が一番に優先してやらなければならないことは何か、そのためには何が必要かといったことをしっかりと認識することです。

進路実現を確実なものとしていくためには、目標をきちんと定め、それに向かって日々努力を続けていくことです。昔から、「継続は力なり」と言われ続けてきましたが、いつの時代にもこの言葉は、何かをやり遂げようとする場合、どのようにやったらよいかを私たちに端的に示しています。何事も、言うは易し、行うは難し、ですが、あきらめずに地道な努力をコツコツと続けることが、目標を達成するための近道です。

ただ、やみくもにやればよいというものではありません。初めから多くのことをやろうとすると、途中で息切れして続かなくなります。最初は少なくとも続けることが大切であり、慣れてきたら徐々に増やし続けるようにしましょう。

## 自分の力を出し切ろう

2学年主任 小島

新たな出会いを大切にしよう。そう「学年通信」第1号に記しました。クラス替えをしましたが、1学期も半ばとなり、新しい友達もできたことと思います。新しい仲間との交流を深め、良いクラスを作ってほしいと願っています。

体育祭はクラスが団結するよい機会です。健康管理にも十分に留意して、協力しあいながら体育祭で自己の力を出し切ってください。期待しています。

2学年は学校行事においては中核となる学年です。先輩から受け継いだ伝統を大切に、1年生のよきお手本となるような行動を心がけてほしいものです。

人生は選択の連続ですが、楽な道と厳しい道がある場合、多くの人は楽な道を選びます。ですがいつも楽な道を選んでいたのでは、自己を高めることはできません。自己を甘やかすことを、自己を大切にすることだと勘違いしている人もいます。

中間考査の結果はどうだったでしょうか。結果がよかった人も含めて「全力を出し切って試験勉強をした」と言い切れるひとは少数なのではないでしょうか。

何事においても全力を出し切るというのは楽なことではありません。この楽ではないことをやり遂げたとき、人ははじめて充実感を味わい、成長することができるのです。試験の直前になってあわてて勉強を始める人がいますが、それでは良い結果を出すことはできません。日々を精一杯生きることが大切です。毎日家庭学習をどれくらいしていますか。自分を甘やかしてはいませんか。自分を律して易きに付かず、毎日しっかりと家庭学習しましょう。6月には三者面談があります。それまでに自己の進路について保護者と十分に話し合っておいてください。

### 「初心忘るべからず」

1 年生諸君、入学してもうすぐ2 か月が過ぎようとしています、学校生活はどうですか。

最初の定期考査が終了しました。結果はどうだったでしょうか。結果が思わしくなかった人はしっかり軌道修正し、1 学期後半戦に臨んでください。学年全体として、前向きにしっかり取り組んでいると思います。ただ、怖いのは「慣れ」です。あれだけ完璧だった課題、週末学習計画表などの提出物などが期日までに揃わないことができてきました。初心を忘れず、何事にもしっかり取り組んでください。

### 「丁寧に心を込めて生きる」

課題、提出物について、適当にいい加減にやって、出せばいいや。多少遅れてもいいや、などと考えていませんか。手を抜くことを一度覚えると、ずるずるとけじめがなくなり、あれもこれもいい加減。掃除当番もいい加減、自分の身の周りも雑然としてくる。生活全般がけじめなく、緩みきった生活を送ることになってしまいます。これでは、充実した生活を送ることができません。一つ一つのことを丁寧に心を込めて取り組んでみてください。きっと、充実した生き方につながると思います。

### 「初めての体育祭」

さて、初めての体育祭が迫ってきました。団結力、チームワーク、全力での取り組みなどを学ぶいい機会です。社会人になって、仕事に就くと、必ず何らかのチームを組んで、仕事を進めていきます。社会で生きていく以上、個人経営者といえど、何らかのチームで動かななくてはならないのです。個人の力と、団結する力をうまく結び付け、いい成果につなげて欲しいものです。躍動する1 年生の姿に期待しています。ファイト2015 年度生！

### 真理が我らを自由にする～読書で手にする自由について

司書教諭 倉田

何かの宗教か!?!と思うようなタイトルですが、これは1948 年に成立した国立国会図書館法の前文にある言葉です。国立国会図書館は、この法に基づき憲法の誓約する日本の民主化と世界平和に寄与することと目的として設立されました。

真理とは、国や地域、時代を超えて通用する理（ことわり）のことです。みなさんは、高校に入学するまでにさまざまなことを学んできたと思います。もし一切学ぶことなく現在に至っていたら、今の自分はどうなっていたと思いますか？国や時代を超えて伝えられた知識を何も知らなかったら？自分が実際に経験・体験したことしか知ることができなかつたら？

私たち人間は文字を発明し、印刷技術を発明し、書物を通じて多くの知識を伝達する術を得ました。しかし、かつて書物は貴重品で知識は一部の人に独占されていました。現代の多くの図書館は、その知識を誰にでも平等に得られるようにという趣旨で設立されました（大崎高校図書館もそうです！）。現在、知識伝達の手段は本だけではありませんが、今私たちが好きな本を自由に手に取れるということは知的自由が保障されている証なのです。

みなさんは毎朝1 冊の本を手にとって読み、一日の学校生活を始めます。長い歴史の中で多くの人々が書物からたくさんの知識と感動を得てきたように、みなさんもぜひこの貴重な読書の営みから多くの恵みを得ていってください。