

## 【第1学年より】

現在、日本を含めた世界全体で未曾有の事態が起きています。日常生活も脅かされる日々が続きますが、この機会にこの1年を振り返ってみてください。

さて、先日亡くなられた野村克也さんの座右の銘に、このような言葉があります。

「勝ちに不思議の勝ちあり、負けに不思議の負けなし。」

これは、偶然勝つことがあっても、偶然負けることはないということです。失敗した背景には必ず原因があり、「ラッキーだったな」と思ったときも、日々の努力が結果として幸運を引き寄せたのかもしれない。つまり、成功をつかむためには日々の過ごし方や積み重ねがいかにかに大切かということです。仮に失敗してしまったとしても、原因を究明し、いかに改善していくかを考えていくことが大切です。また、もし成功した場合でも慢心せず、偶然良い方向に進行したかもしれないと考え、振り返りをすることも必要でしょう。このように、PDCAサイクル(Plan(計画)→Do(実行)→Check(評価)→Action(改善))を実践し、日々研鑽することが、今後の成功へとつながっていくのです。

今後も健康面にも十分留意して、自らを高める生活を過ごしてください。来年度、さらに成長してくれることを期待しています。

## 【第2学年より】

2011年の東日本大震災と同様に、想定外の事態が起こっています。高校2年生として、来年に進路決定を控えた大事な時期にもかかわらず、このような緊急事態になってしまい、不安に思っているかもしれません。そんなときだからこそ、「自分、学校、日本社会」を信じてこの困難とともに立ち向かいましょう。この3月を乗り切れば、状況は改善するはずですから。以下の、この約1か月間の過ごし方を参考にしてください。「ピンチ」は「チャンス」なのです。

### ○社会生活

「感染をしない、拡大させない」という今回の目的に沿って、行動してください。「手洗い、うがい、マスクの着用」などを徹底してください。特に、人が密集する閉ざされた空間はできるだけ避けるようにしましょう。

### ○基本的生活習慣の維持

学校の生活のリズムを維持しましょう。登校するときと同じ時間に起き、朝食や夕食を家族と一緒に取りましょう。このことだけで、生活のリズムは維持できます。

### ○運動

毎日、体を動かしましょう。朝6:30～ラジオ体操の放送やっています。犬の散歩でもいいでしょう。運動によりストレスも発散します。

### ○学習

学校の授業時間に合わせて、昼間に学習しましょう。9:00～17:00間で学習しましょう。「夜は、テレビ等の誘惑に負けて、勉強できない。」と考えましょう。

なお、課題の内容、3学年1学期の実力テストの範囲は、学校のHPに掲載します。

### ○進路

高校3年生になるのですから、進路の情報収集をしましょう。大学や専門学校、学部学科、受験科目など、知るべきことはたくさんあります。

### ○家族への感謝・家族との時間

こんな時だからこそ、家族との時間を大事にしてください。進路については、ぜひ話す機会を持ってほしいと思います。そして、「お手伝い」をしてください。掃除、洗濯、料理など、日頃の恩返しと感謝を込めて、取り組む絶好の機会です。