

校長室より

「天空高き」



第124号



令和元年8月29日

## 「頑張れ！」 — 「One for all, All for one」 —

私たちがよく使う言葉の一つに、「頑張れ！」があります。

相手を励ましたり、叱咤激励する時によく使われる表現ですが、英語ではどう表現すると思いますか。

例えば、相手を励ましたいときの「頑張れ」と、相手に勇気づけるとき「頑張れ」では英語では別の表現を使います。

相手を励ます時には、「Good luck!」直訳すると「幸運を祈る」ですが、これから目標や夢に向かってチャレンジしようとしている相手に「実力プラス、運を味方につけて頑張ってほしい」という意味も込められています。

相手を勇気づけたいときには、「You can do it.」「君ならできるよ」という意味で、とてもポジティブな印象を与える表現で、私もよく使います。

このように、英語では、「頑張れ」と相手を応援したいときには、その場に合った声掛けを使い分けることが大切なポイントになります。

「頑張って!」という英語の表現方法には、その場の状況に応じて細かく使い分けており、調べてみると10以上ありました。

相手の状況に応じて「頑張って」を日本語においても、いろいろな表現で使い分けることはとても大事です。しかし、私は相手を応援するときや落ち込んでいる人を励ますときに、やっぱり「頑張れ!」と言ってしまいます。

2学期は行事がたくさんあります。運動会に始まり、楽学祭。やっぱり皆さんの「頑張れ」に期待したいと思います。

3年生の皆さんは、就職試験が16日から始まります。また、入試もAO入試、推薦入試が始まります。しっかり最後まで諦めず「頑張って」ください。

皆さん一人ひとりの「頑張れ」に期待します。「One for all, All for one」、**「一人はみんなのために、みんなは一つの目的のために」**。一つの目的を達成するためには、一人ひとりがしっかり自分の役割を果たすことが大事です。皆さんの「頑張れ」に期待します。



素敵な言葉 「100敗しても、最後に1勝すればいい」

# 良い人間関係に勝るものはないー幸せな人生を送る秘訣ー

皆さんは、「人生100年時代」を迎えます。誰もが幸福な人生を送りたいと考えます。では、一体どのようにしたら幸福な人生を送れるのでしょうか。

「幸福な人生」について研究している大学があります。アメリカのハーバード大学が行った「成人発達調査」です。

この調査は1939年に始まり、80年以上も続き、今も継続調査しています。

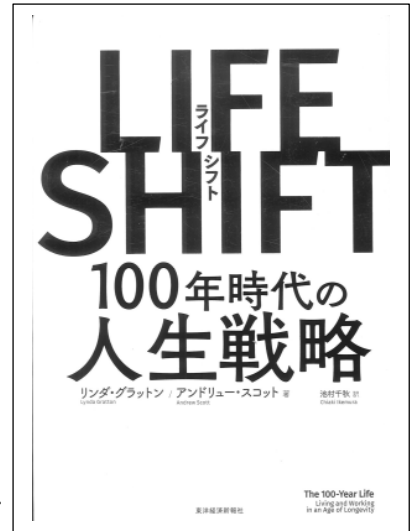
対象となったグループは、1939～2014年にボストンで育った貧しい男性456人と、1939～1944年にハーバード大学を卒業した男性268人、計724人です。

調査内容は、定期的に体調や幸福度などを尋ねるほか、家族との会話を撮影したり、かかりつけの医師からカルテを提供してもらったりします。調査対象者の人生を捉え、人間の幸福にとって最も大事なものを割り出しました。

その結果、良い人間関係に勝るものはなかったそうです。孤独であった人に友人ができただけで、最大で15年ほど寿命が延びたそうです。

多くの富や名声を得て、健康状態を維持しようとしても、孤独であれば、体調不良や不眠になりやすく、その結果寿命が縮まるということのようです。

皆さんはこれまで「友達と仲良くしよう」「みんなで協力し合ってより良い学級・学校にしていこう」という学級・学年目標を立ててきたと思います。この目標こそが、大人になっても大事です。職場での人間関係、地域社会での人間関係を良くしていくことが、幸福な人生につながります。



## 8月の月間目標

### 1%を誰かのために

令和元年度  
チャレンジ目標

- 1 挨拶 先に明るく元気に
- 2 先を見据えた行動 5分前行動  
・登下校のマナーに心掛ける
- 3 整理整頓
- 4 1%を誰かのために

夏休みが終わりましたが、充実した毎日を送れましたか。

充実した毎日を送るためには、目標を立て、計画的に過ごすことです。自分が続けられる計画を立てることが大事です。そして、長期休暇中だからこそ、皆さんの1%を家族に、地域社会の人々のために使ってもらいたいと思いました。

暑いこの時期ですが、「ありがとう」という言葉を掛けられると、きっとさわやかな風が皆さんの身体の中を通り抜けてゆくと思います。小さいことでも少しでも、悪いことを避け善いこととして人に良くしてあげることが大事です。

## 矛盾—便利で豊かな世の中になったけれど—

アメリカの牧師、ボブ・ムーアヘッドは今から 24 年前の 1995 年に「現在の矛盾」(The Paradox of Our Time) というエッセイを発表しました。

このエッセイを読んで皆さんはどのように感じましたか。

私たちは便利さや快適さ、豊かさを追い求めてきました。しかし、その反面、失ったものもたくさんあります。私たちの人生で本当に大切なものとは、一体何でしょうか。私たちに与えられたたった一度の人生を、かけがえのないものにするためには、どうすればよいのでしょうか。少し立ち止まって考えてみる必要があるのではないのでしょうか。

『この時代に生きる 私たちの矛盾』

ボブ・ムーアヘッド牧師

ビルは空高くなったが 人の気は短くなり 高速道路は広くなったが 視野は狭くなり  
お金を使ってはいるが 得る物は少なく たくさん物を買っているが 楽しみは少なくなっている  
家は大きくなったが 家庭は小さくなり より便利になったが 時間は前よりもない  
たくさん学位を持っても センスはなく 知識は増えたが 決断することは少ない  
専門家は大勢いるが 問題は増えている 薬も増えたが 健康状態は悪くなっている  
飲み過ぎ吸い過ぎ浪費し 笑うことは少なく 猛スピードで運転し すぐ怒り 夜更かしをしすぎて  
起きたときは疲れすぎている 読むことは稀で テレビは長く見るが 祈ることはとても稀である  
持ち物は増えているが 自分の価値は下がっている 喋りすぎるが 愛することは稀であるところが  
憎むことが多すぎる 生計のたてかたは学んだが 人生を学んではいけない 長生きするようになったが  
長らく今を生きていない  
目まで行き来できるのに 近所同士の争いは絶えない 世界は支配したが 内世界はどうなのか  
前より大きい規模のことはなしえたが より良いことはなしえていない  
空気を浄化し 魂を汚し 原子核を分裂させられるが 偏見は取り去ることができない  
急ぐことは学んだが 待つことは覚えず 計画は増えたが 成し遂げられていない  
たくさん書いているが 学びはせず 情報を手に入れ 多くのコンピューターを用意しているのに  
コミュニケーションはどんどん減っている ファーストフードで消化は遅く 体は大きいが 人格は小さく  
利益に没頭し 人間関係は軽薄になっている 世界平和の時代と言われるのに 家族の争いはたえず  
ジヤアは増えても 楽しみは少なく たくさんのおへ物に恵まれても 栄養は少ない  
夫婦でかせいでも 離婚も増え 家は良くなったが 家庭は壊れている  
忘れないでほしい 愛するものと過ごす時間を それは永遠には続かないのだ  
忘れないでほしい すぐそばにいる人を抱きしめることを あなたが与えることができる  
この唯一の宝物には 1円もかからない  
忘れないでほしい あなたのパートナーや愛する者に 愛している』と言うことを 心を込めて  
あなたの心からのキスと抱擁は 傷をいやしてくれるだろう  
忘れないでほしい もう逢えないかもしれない人の手を握り その時間を慈しむことを  
愛し 話し あなたの心の中にある かけがえのない思いを 行かち言おう  
人生はどれだけ 呼吸をし続けるかで 決まるのではない どれだけ 心のふるえる瞬間があるかだ

## ちょっとうれしいこと！ 枯れ葉は落ちていても……

午前か午後に校内をぐるぐる散策しています。その時にふと、以前本校にお勤めになられた、あるベテランの先生の言葉を思い出しました。

その言葉は「ゴミが一つも落ちていませんね」です。

確かに、校内を歩いていて、枯れ葉は落ちているときがありますが、ゴミはあまり見かけません。

生徒の皆さんが、「ゴミを落とさない」という『常識』と、「ゴミを見つけたら拾う」という『良識』をわきまえているからです。

当たり前のことですが、当たり前のことを続けていくことは、とても大事なことです。アメリカのメジャーリーグで活躍されたイチロー選手の言葉に、「特別なことをするために、特別なことをするのはではない。特別なことをするために、普段通りの当たり前のことをする」があります。普段の当たり前のことを当たり前にするのを、習慣化することが大きな一歩を踏み出す小さな一歩です。



## 夏の終わりに

ある国の小学4年生算数問題集にあった問題です。少し頭をクールにしてチャレンジ！（解答はこのページの最後にあります）

「熊1匹が寂しく暮らしていました。餌を探しに家を出て南に10km行った後、方向を西に変えて10kmさらに進みました。そこから今度は北に方向を変えて10km行ったところ、自分の家に戻ってきていました。この熊の色は何色でしょうか」

### 24節気

**立秋**（りっしゅう）8月8日頃 朝夕が涼しくなり、秋の気配が立つころ。

立春からちょうど半年が経過し、この日から立冬の前日までが秋。暦の上では秋になりますが、日中はまだ残暑が厳しく1年で最も気温が高くなる時期です。この頃は、月遅れのお盆を前に各地で夏祭りが開催されます。まだまだ夏のレジャーを楽しむ頃ですが、よく観察してみると秋の気配を感じることができます。夏の風と秋の涼やかな風が混在し始めます。空を見上げると、巻雲など秋の雲も見えますよ。この日から、残暑見舞いになります。

**処暑**（しょしょ）8月23日頃 暑さが和らぐという意味。萩の花が咲き、穀物が実り始める頃。厳しい暑さの峠を越し、朝夕は涼風が吹き始め、山間部では早朝に白い露が降り始め秋の気配を感じます。この頃は台風のシーズンでもあり、二百十日、二百二十日とともに台風襲来の特異日です。夏バテや食中毒にかかりやすい時期でもありますので、まだまだ注意が必要です。

（解答）「南へ10km、東へ10km、北へ10km行って元に戻る」ような場所は北極点。そのあたりに住んでいるクマは白クマだけ。よって、答えは「白」。