

穏やかな季節を迎える ～心にゆとりを持とう～

校長 竹中 朝崇

近年は入学式に桜という組み合わせは珍しくなっています。ところが、今年は3月の寒さが影響したのでしょうか、満開となった桜のもと、本校は4月6日に入学式を挙行することができました。その後は一気に気温が上がり、木々も芽吹き、新緑が目立つようになりました。学校では新入生を迎えにぎやかです。緊張気味の1年生の姿を見ていると「大丈夫かな、早く学校生活に慣れて欲しいな。」と願うばかりですが、それもきっと時間が経つとともに解消されることでしょう。

ところで、怒涛のごとく過ぎ去った4月。ようやく学校生活にも慣れてきた4月末からゴールデンウィークの大型連休になります。私からお願いしたいことが一つあります。連休が明けた5月7日からは本格的に学校中心の日常生活が始まります。このスタートに合わせて心身ともに健康であるように体調を整えてください。5月というと高校の運動部はインターハイ予選の真っ只中。勉強面では今年度最初の定期試験、第1学期中間試験を迎えるといった具合に一区切りとしてまとめの時期になります。しっかり準備を進め、自ら納得できる成果を上げることができるようにしましょう。

風薫る5月。新緑が鮮やかで私が一番好きな時季。いよいよ活動的になる時を迎えます。一方、5月はふとしたことから思いがけない落とし穴に陥ることがあります。それは緊張の糸が切れ、ずるずると戻し切れない状態になることがあるということです。緊張感を持つことは必要ですが、緊張を保ち続けることは心のゆとりを失います。自分の居場所を作って心にゆとりを持つ時間を作ることは日常生活の中でとても大切な行動です。ONとOFFのスイッチをしっかり作るように心がけたいものです。そこでこのゴールデンウィークの連休は4月から続いた緊張を解き、ひと息つきます。次に向けた準備をする上で、心の休息という大切な時間としていきましょう。この行動は大人だから子どもだからという関係はありません。意欲を持って活動に取り組むためにはまずは心から。心身ともに健康であってこそそのものがあります。悩むことがあるのは当たり前。まずは自分と向き合いつつ穏やかな心を作り、連休明けから本格的に始まる活動に備えましょう。

心にゆとりを持つこと。日々の忙しさは大人だけではありません。子どもたちも。そしてストレスを感じることもあります。ご家庭にお願いしたいことはお子様の話に耳を傾けてあげてください。よろしくお願い申し上げます。