

# 南校通信

愛媛県立宇和島南中等教育学校  
R 4. 12. 20発行

日	曜日	1月の行事予定	給食
1	日	元旦	
2	月	振替休日	
3	火		
4	水		
5	木		
6	金	パック模試(6年希)	
7	土	パック模試(6年希)	
8	日	3学期始業式 身だしなみ指導	×
9	月	成人の日 令和5年度入学選考検査(生徒登校禁止)	
10	火	実力テスト(1・2年、4・5年) 学校評価アンケート、学校生活をよりよくするアンケート(~17日) 運転免許保護者説明会② 【校納金引落日】	○
11	水	学年末考査発表(6年該当者) 各種委員会	○
12	木	共通テスト事前指導(6年) 全校集会	○
13	金	前期学力到達テスト(3年) 【人権を確かめあう日】	○
14	土	大学入学共通テスト 進研模試(4・5年) 前期学力到達テスト(3年)	
15	日	大学入学共通テスト 進研模試(5年)	
16	月	自己採点(6年)	○
17	火		○
18	水	学年末考査(6年) 1年生総合学習発表会5・6限(武道場)	○
19	木		○
20	金		○
21	土	駿台模試(4・5年希望者)	
22	日	実用英語技能検定第3回一次筆記試験	
23	月		○
24	火		○
25	水		○
26	木	学力推移調査(1・2年)	○
27	金	少年の日の集い(2年生)5・6限(授業公開)	○
28	土	県学力テスト(4・5年) 土曜セミナー(6年) 愛媛県高等学校新人体育大会バレーボール女子会場(体育館、武道場、駐車場)	
29	日	愛媛県高等学校新人体育大会バレーボール女子会場(体育館、武道場、駐車場)	
30	月	繰替休業日	
31	火		○
備考			

※ ○は給食あり ×は給食なし

今日は、相談室前の掲示板で「7つの習慣 - 自分を変えるレッスン - (スティーブン・R・コヴィー著 日本図書センター編集)」、「レミタンのポジティブ思考 - 全ての逆境をプラスに変える思考 - (土井レミイ杏利著)」について紹介しました。読んでいただきありがとうございます。ただ今、「チーズはどこへ消えた? - 状況の急激な変化にいかに対応すべきか - (スペンサー・ジョンソン著 門田美鈴訳)」を作成中です。できましたら掲示しますのでぜひ読んでみてください。

皆さんは、英語のことわざ「You cannot see the wood for the trees = 木を見て森を見ず」ということわざを知っていますか。ことわざは、物事の本質や人の気持ちを伝えるため言葉の技、言葉の遺産であると言われる、私たちが毎日の生活を送る上で夢と希望、戒めなど貴重な示唆を与えてくれます。

本校勤務9か月目ですが、休み時間や放課後等に皆さんの笑顔を見ていると、私の学校時代を振り返るとうらやましく思ってしまうほど学校生活を楽しんでいるなど感じます。しかし、そんな皆さんも、日々、いろいろなことで悩んだり、苦しんだりすることがあると思います。そんなときにどうやって乗り切っていけばよいのかのヒントがこのことわざです。

1本1本の木に注意を奪われると、森全体を見ることができなくなるということで、「細かい部分に気をとられてしまうと全体を見ることができなくなる」という意味です。つまり「物事を小さくとらえるのではなく、いろいろな角度、広い視野からとらえることが大切」ということです。例えば、円柱があるとします。ある人は、これを真横から見ました。すると長方形に見えます。この情報だけから判断すると、これは直方体なんだと考えます。また、別の人は、同じ円柱を真上から見ました。すると円形に見えます。この情報だけから判断すると、これは球なんだと考えます。しかし、この円柱をいろいろな方向から見れば、直方体でもなく球でもなく円柱であることがわかります。

皆さんの生活に当てはめてみましょう。誰でも友だちのこと、勉強のこと、部活動のこと、家庭のことなどいろいろなことで悩むことがあると思います。一人でいつまでも「どうしたらよいかな」と考えてみても解決策が見いだせず、「どうせ、自分なんて」とか「もう、どうでもいいや」など投げやりな気分になってしまいませんか。

そんなときは、2学期の教育相談便りでも書きましたが、一人で抱え込まず、ぜひ、信頼できる仲のよい友だちに相談してみてください。友だちでなくても、家族でも、学校の先生でも、カウンセラーの先生でも信頼できる人なら誰でもよいです。人に相談することで、それまで一人でくよくよ悩んでいて頭の中に霧がかかったような状態だったのが、霧が消え、遠くまで見渡せるようなすっきりした状態になったり、問題が解決したりすることを私も何度か経験しています。

まさに、一人で悶々と考えているときは「木」しか見ていない状態です。しかし、人に相談したり、話をしたりすることで自分の頭の中が整理できることがあります。また、本を読んだり、新聞、インターネット等で調べたりすることで、視点を変えたり、視野を大きく持って考えたり、対応したりすることができるようになります。このような状態は、まさに「森」を見ている状態と言えます。

もし、何かに悩んだり、心配事があつたりしたときは、「木を見て森を見ず」ということわざを思い出してください。きっと、解決の糸口が見つかるはずですよ。

◆自分がイヤになるのは、とてもよいことだと思います。というのは、それだけ要求水準が高いというか、自分を高めたい気持ちが強い証拠。そのハードルに達しないから、しょげているだけなのです。

(毛利子来「小児科医」)

◆ちょっと視点を変えて想像力を働かすと、プラスとマイナスはみごとに入れ替わってしまいます。何事についても、不満を感じる時、視点を180度かえてみると、短所だとばかり思いこんでいたものが、立派な長所になることも大いにありうるのです。(木村治美「英文学者・随筆家・共立女子大学名誉教授」)

◆人生はセルフ・サービスだ。自分の人生を豊かにするのは自分であり、そうしようと思えばいくらでも創造的で幸せな人生がおくれるのだ。(マルロ・モーガン「ミュータント・メッセージ」)

◆自分らしさは、「一歩前へ!」で発見できる!(岡本敏子「岡本太郎記念館館長」)