



# 向日葵

～強く明るく前向きに～

## 「2026年の幕開け」

学年主任 加藤 純治

新年あけましておめでとうございます。2026年が始まりましたね。昨年末に「2025年、あなたを表す漢字一字は?」という作文を書いてもらいました。私はすべての文章に目を通させてもらいました。みなさんが知恵をしづつと考えてくれた漢字一字。楽しませてもらいました。

その作文の中に「早かった」や「あっという間だった」という言葉が多く書かれていました。私も感じています。本当にあっという間だったと。時間が過ぎるのは本当に早いものです。3学期は、2月入試、学年末検査、卒業式、3月入試、そして春休みと、さらにあっという間に過ぎていきます。気づけば皆さん2年生になります。

そう考えると、高校生活は想像以上に短く、あっという間に過ぎていくものだと思います。人生は80年とも言われますが、それさえも振り返れば一瞬なのかもしれません。

ここで、寿命について一つの考え方を紹介します。生物学者の本川達雄さんは、「哺乳類は一生のうちに心臓が打つ回数がほぼ決まっている」という説を唱えました。そのことが書かれた著書「ゾウの時間 ネズミの時間」には、小型哺乳類から大型哺乳類まで、心臓が打つ総回数はおよそ15億回から20億回であると書かれています。寿命は違っても「一生の心拍数」は、ほぼ同じという考え方です。

例えばハツカネズミは1分間に600~700回、約0.1秒に1回鼓動し、寿命は3~4年です。一方、ゾウは1分間に約30回、2秒に1回心臓が動き、寿命は約60~70年となるそうです。

この考え方を人間に当てはめると、1分間に約60回心臓が動くとして、約20億回で計算すると寿命は約40年になります。しかし実際には、人間の平均寿命は80年を超えています。医学の進歩によって、私たちはより長く生きられるようになりました。

どの生き物にも、どんな人にもそれぞれの一生、人生があります。そして私たちは「生かされている人生」を生きています。皆さん一人ひとりにも、唯一無二のストーリーがあります。その人生のストーリーの中に、「相生高校49回生」として過ごした時間が刻まれていくことに、私は大きな縁とありがたさを感じています。

相生高校で過ごす日々は、かけがえのないものです。相生高校は、全員が明るい未来に向かって歩んでいくための場所です。行事に全力で取り組むこと。テスト前に放課後残って一緒に勉強すること。休み時間に、たわいもない話をすること。部活帰りに一緒に遊ぶこと。時には悩み、立ち止まることもあるかもしれません。ですがどんな状況であっても、仲間と一緒に乗り越えていくことこそが、ともに歩む高校生活で最も大切なことではないでしょうか。

ひがんだり、さげすんだりすることがあることはありません。誰かの足を引っ張ったり、責め立てたりすること、傷つけたりするようなことは、決して許されるものではありません。

「人は出会ったその瞬間から別れに向かって進んでいく。」

だからこそ一緒に過ごせることに日々感謝し、自分が生きている鼓動を実感しながら、毎日少しづつ成長していく。そんな「チーム49回生」であってほしいと心から願っています。

さあ、2026年の幕開けです。ともに成長できる一年にしていきましょう！