



為せば成る

2025 年 1 月 31 日(金)発行

【5 組担任より】

新しいスタート！決断し行動する

おはよう関西という NHK 番組がある。ある日、何気にそのテレビ番組を見ていた時に、心惹かれる 2 つの言葉に出会った。一つ目はテロップにあった“心うるおす”。もう一つは、“やりなおし”。大阪関西万博にちなみ、大阪の魅力を再発見するシリーズで、西淀川区で心をいやす「やりなおし神社」といわれる姫嶋神社が紹介されていた。なんと、絵馬がホタテ貝！？たくさん奉納されたホタテ貝の絵馬が鈴なりにぶら下がっている景色はなんともユニークだ。ここには、“やりなおし”を決断・行動された女性の神様・阿迦留姫命（あかるひめのみこと）が祀られており、決断と行動の神様として信仰されているという。

気になり、調べると、親身になって話を交わすことのできる神主さんがいらっしゃる。また祈願の方法も面白い。「始まりの碑」というものがあり、夢や目標を叶えるために断つこと（ネガティブな思いなども）を「断ち玉」に念じて、穴にめがけて投げて封じ込めるそうだ。そういえばどこかで聞いたことがある。何かを決断する時には、何かを断つことが必要だと。何を断ち、将来のために何を習慣にするのか。1 月で高校生活の約 1/4 が終わる。本当に早く感じる。今を大切に、先延ばしをせずに、優先順位を考え、行動していこう。どんな嫌なことでも、大変なことでも、視点を変えると、前向きになれる。ぜひ肩の力を抜いて、楽しみながらやっていこう。



自分が自分の専門家になろう（自己理解は他者理解）

産社ノートに 1 年のふり返りをまとめ、進路を見据え、今の自分の意思や行動の確認をしている。多角的に自分を観察するよい機会だと思う。書いた瞬間から、すでに行動に移せていない人も多いのでは。予習、復習頑張ろう。長時間スマホを使わない。早寝早起きをしよう。など、自分なりの習慣化を決意しても、やろう！としたことができていない人は、何がその行動を邪魔しているのか？自問自答し、考えよう。このように、自分と向き合う時間や機会をつくることが大切と思う。私は何が苦手なのか、得意なのか、好きなのか、必要なのか、何を感じて生きたいのか。向き合えば自己理解につながる。苦手なことがあっても、嫌いなどころがあっても私は良いと思っている。愛おしいとも思う。自分がそれをわかっていることが自分への優しさであり、どんな自分も大切にできる。

私は、よく日記（ノート）をつけている。一日の出来事や、その時に思ったこと、体調（食べた物）から、自分の思考や行動の癖に気づくからだ。書きながら整理し、納得すると心がうるおされて元気になれる。忙しい、焦っているときほど、（日記と）向き合う時間が必要だ。この自分と向き合う習慣が、少し先の未来の自分への優しさだとも思う。向き合う方法は、人の数だけある。メディアでこれが良いといわれている食べ物でも、自分にとって良いとは限らない。だからこそ、自分で情報を収集して、調べ、体験して自分の考え、やり方を見つけていこう。大切な自分のことを、自分が一番に理解し大切にできると、周りの人にも優しくなれると思うから。

★1月27日（月）7限に、1年次で百人一首大会を行いました。クラス1・2位、個人1・2位が表彰されました。みんなで集中して札を取り合い、なんと個人1位の獲得枚数は31枚でした。大会を運営し、楽しい時間を盛り上げてくれた委員の皆さん、ありがとうございました。

○学年



1 組



3 組

○個人

1 位 3 組 S・F (31 枚)

2 位 5 組 S・K (25 枚)



2・3月行事予定		
2/13	木	45分授業・大掃除
14-17	金～月	生徒登校禁止
18	火	総合学科発表会代休（AM 登校禁止）
20-27	木～木	学年末考査
28	金	卒業式
3/3～	月	午前中 45分短縮授業
11	火	生徒休業日 学校立入禁止
12-14	水～金	生徒登校禁止(14はAMのみ)
21	金	終業式

○教育相談

2/6(木)、3/4(火)

※食堂は、登校禁止期間の2/14(金)～17（月）及び2/20（木）以降お休みです。