

~高丘中学校通信~

令和4 (2022)年 8月29日 第5号

2学期が始まります

くさかみの木々からは「ツクツクボウシ」の鳴き声が聞こえるようになりました。ツクツクボウシは晩夏から初秋に発生するセミです。まだまだ暑いですが、季節は秋に近づいています。

35日間の夏休みが終了しました。いよいよ2学期の始まりです。

1学期の終業式で生徒の皆さんには「夏休み中、命を大切に。身体を大切にしよう」というお話をしました。大きな事故等もなく、2学期を迎えられたことをうれしく思います。



ところで、^禅の教えに「調身・調息・調心」という言葉があります。『カラダが調えば息が調い、息が調えば自然にココロも調う』という教えです。

「調身」という言葉ですが、何かを始める時には、先ず、「調身」。すなわち身を整えることが大切であるという教えです。うまくバランスをとると、長い時間でも同じ姿勢が保てるということです。机の前では背筋を伸ばし、腰骨を立てて座ってみましょう。そうすることにより、勉強しようという意識も高まります。

「調息」というのは、呼吸を整えることです。下腹を引き、深く息を吸い込み、長く息を吐くという腹式呼吸をすることを示しています。そうやって心を落ち着かせます。武道に心得のある人は、呼吸をとても大切にします。呼吸には、人間の身体の変化や心の変化がすぐ現れるからでしょう。

「調心」は、事に当たって、正面から取り組むために、気持ちを集中させることです。本当にその気になっているかどうかです。学校生活の中で、一番長いのが2学期です。体育大会や文化発表会など、大きな行事もひかえています。1日、1日を大切に過ごし、本腰を入れて取り組みましょう。



新型コロナウイルス感染症「第7波」がなかなかおさまりを見せない中、対応の基本的な考え方につきましては、子どもの健やかな学びの保障や心身への影響を考慮し、感染症対策を図った上で通常の教育活動を継続してまいります。各ご家庭におかれましても「手洗いの励行」「手指消毒の徹底」等の対策の継続をお願いいたします。

最後になりましたが、夏休み、お子様の様子はいかがでしたか。気になることがございましたら、いつでも学校までご一報ください。2学期も子どもたちが「笑顔」で「生き生き」とした学校生活が送れるよう努めてまいります。ご支援、ご協力の程よろしくお願いいたします。

9月の行事予定

1日(木) 朝贈院

8日(木) 全校集会

14日(水) 体育大会予行

17日(土) 第76回体育大会

20日(火) 振替休日(9/17の振替)

26日(月) 生徒会選挙

30日(金) ものづくり体験(1年)

8月の登校日で給食のない日

全学年: 29日(月)~31日(水)

給食再開は、

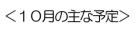
9月1日(木)からとなります!



今月の登校日で給食のない日

全学年:17日(土)

1年生:30日(金)



•8(土)~9日(日)地域社会的行事

•17日(月)~18日(火)中間考査



時の流れについて考えた

行動制限のない夏休みのお盆、家でゆっくり過ごしていたら、お昼過ぎに友人から電話がかかってきた。会食のお誘いだった。その友人とは3年ぶりくらいに会った。食事だけじゃなく、たくさんの話しができて、すごく充実したし、幸せだなぁ~という時間でした。あっという間に時間は過ぎていきました。

よくよく考えてみると、時間というのは流れていて、それを、よく私たちは、「行ってしまう」とか、「流れていく」といったような、時間はなくなってしまうものとして捉えがちだけど、じつは、時間というのはずっと続いているものだ。過去から今まで、そして

過去から未来までずっと続いているものだ。その帯の上で私たちは生きている。その帯の上で、人と 人が出逢い、時には別れ、また再会する時もあり、ずっと交差していなかったのに、ある時交差した りして、人生が大きく変わったりもする・・・

その触れ合う瞬間や、交差する瞬間に気づいているか否かで、その帯の上を生きる私たちの日々の彩りは変わるのだろう。

いつでも・・・いや、いつでもといったら、少し欲張りだけれど、その瞬間や出逢いに気づける自分でいたいし、見つけられるように、いつも目を開いて、自分なりに背筋をのばして、世界を見渡しながら人生を歩んでいきたい。

「時間が行ってしまう」のではなく、たぶん、自分自身が手放しているのだろう。 「時間が流れていく」のではなく、たぶん、自分自身が流されているのだろう。

それが、真実だ。だから、時々は流されてもいいし、手放してもいいけれど、それを時間のせいにしたりはしないで、いろんなことにチャレンジしていきたいな。と思う。

大切な人とのいくつもの交差の中で、「ありがとう」の気持ちを忘れずにいたい。