



校長室の窓から

《校長だより》

神奈川県立市ヶ尾高等学校

校長 増淵 広美

平成 28 年 10 月 31 日

第 17 号

読書の秋 ～PTA「図書ボランティア」の活動がますます盛んです！～

昨年発足したPTA「図書ボランティア」の活動については、「校長室の窓から（第8号）」（平成27年11月30日）で紹介したところですが、第2書庫の古い書籍約6,000冊の廃棄、図書館のカーテンの新調、閉鎖されていた南棟側出入口の開放、書架の一部を移動してのブラウジング・スペース（リラックスした雰囲気です自由に雑誌や新聞、軽い読み物などを読むことができるスペース）の確保、「英語多読講座」の開講など、昨夏からの活動は実に多岐にわたっています。高校における保護者による図書ボランティアの活動は全国的に見てもそれほど多くなく、本校PTAの特色ある活動の一つです。その活動の根底には、常に「市高生にたくさんの本を読んでもらいたい」という熱い思いがあります。

読書は、言葉を学び、感性を磨き、表現力や創造力を豊かにするだけではありません。小説を読めば、読むことをとおして主人公の人生をともに生き、様々な生き方を感じ取ることができます。また、読書をおして幅広い分野に関する様々な情報や考え方に出会い、その積み重ねにより、徐々に自分の価値観や考え方が培われ、さらにそれを深めることもできます。自らの可能性を広げ、人生をより深く生きる力を身に付けるという点でもとても大切です。

先週から、図書ボランティアによる秋の読書週間（10月27日～11月9日）にちなんで新企画が登場しました。すでに気がついている人も多いと思いますが、昇降口をはじめ校内数カ所に「先生が市高生に推薦する本」を掲示し、紹介してくださっています。私も『ハーバードの人生を変える授業』、『NASAより宇宙に近い町工場』、『「また、必ず会おう」と誰もが言った。』の3冊をコメント入りで紹介しています。先生方が紹介している本は、本校図書館に置いてありますので、是非、読んでみてください。

『読書週間』の歴史

『読書週間』は、昭和22年（1947年）に「読書の力によって、平和な文化国家を作ろう」という目的により開始されました。最初の年は11月17日から23日まで実施され、翌年から文化の日をはさんだ2週間となり、やがて国民的行事として定着しました。

（総務省統計局HP「なるほど統計学園」より）



昇降口に掲示された「先生が市高生に推薦する本」の紹介。工夫を凝らした掲示です。夏から準備し、一部はすでに図書館の「おすすめコーナー」で紹介されていましたが、今回は先生の推薦本を一挙公開！

人生は「自分」が主役を演ずるドラマ 「ノーベル賞受賞者を囲むフォーラム」基調講演より

私は、毎朝、通勤時に新聞を読んでいます。先日、9月7日に東京大学安田講堂（東京都文京区）で開かれた「ノーベル賞受賞者を囲むフォーラム 次世代へのメッセージ」の記事を見かけました。そこには、当日フォーラムに参加した高校生の感動の声と将来に向けた思いが「会場の声」として併せて掲載されています。

同フォーラムでは、「新しい科学者像」をテーマに、江崎玲於奈・横浜薬科大学学長（1973年物理学賞）と山中伸弥・京都大学iPS細胞研究所長（2012年生理学・医学賞）による基調講演とパネルディスカッションが行われ、高校生ら約1000人が参加。ここでは、多くの高校生に感動を与えたお二人の基調講演の記事から、人生について語られた江崎玲於奈氏の講演の一部を紹介します。

「人生は、自分が主役を演ずるドラマだと思う。では、だれがそのシナリオを書くのか。成長するまでは親にゆだねられるのが普通だが、大人になったら、自分自身で書き下ろしてほしい。自分の人生は自分で決めるのが原則であり、シナリオは人生の戦略なのだから。自分にはどんな才能があるのか、何を得意にしているのか、人生で何をなすべきなのか、天職はあるのか。これらの質問に対して、でき

るだけの確かな答えを得ること、そして、自分の才能を最大限に発揮できるようなシナリオを書く力を身に付けること、それが教育を受ける最大の目的だと知ってほしい。あとは、シナリオ通りの役を演じられるように努力することが大切だ。努力を続けていけば、きっと幸運の女神がほほ笑んでくれるだろう。」（平成28年9月27日（火曜日）「讀賣新聞」23面より）

人生において高校時代ほど、多くの分野の教科・科目を学び、自分のキャリアや進路に真正面から向き合う時期はありません。そして、高校時代が、子どもから大人への過渡期であり、自らのアイデンティティを確立する時期であることを思えば、江崎氏の言う「教育を受ける最大の目的」の意味が皆さんには実感として理解できると思います。

じっくりと自分と向き合い、自分のよさや強み、得意なことや才能などを十分に理解し、自信と勇気を持って自分の「人生のシナリオ」を書き下ろしてください。

3年生の皆さんは、すでに自分の人生のシナリオを現実のものにするために、進路実現に向けて、日々全力で努力を重ねています。努力は決して裏切りません。自分の可能性と力を信じて、入試のその瞬間まで前を向いて突き進んでください。そんな先輩たちの姿に、1、2年生の皆さんも勇気を持って後に続いてくれることと思います。

頑張れ！市高生！



あなたの「大きな石」は何ですか

～時間を管理する～

2学期も、2か月余が過ぎました。2学期の始業式で、「時間を管理する」ということについて話しましたが、覚えていますか。まずは、ある大学での授業の話から……。

教授が大きな壺を持って来て、教壇に置きました。そして、その壺の中にこぶし大ぐらいの石を一つ一つ詰めていきます。壺がいっぱいになるまで詰めてから教授は学生に聞きました。「この壺は満杯ですか。」

すると学生は皆「満杯です。」と答えました。「本当に？」と言いながら、教授は教壇の下からバケツに入った砂利を取り出しました。そして、砂利を壺の中に流し込み、壺を揺らしながら石と石の間を砂利で埋めていきます。教授は、もう一度学生に尋ねました。「この壺は満杯ですか。」

教室に沈黙が流れます。しばらくして一人の学生が「たぶん違うと思います。」と答えました。教授は「その通りです。」と言って、今度は教壇の下から砂の入ったバケツを取り出します。そして、砂を石と砂利の隙間に流し込んだ後、学生に尋ねました。「この壺は満杯ですか。」

学生は、今度は声をそろえて「いいえ」と答えました。教授はニコリとして水差しを取り出し、壺の縁までなみなみと水を注ぎました。そして、こう言いました。「私が何を言いたいかわかりますか。」

一人の学生が答えました。「どんなにスケジュールが忙しくても、最大限の努力をすれば、いくらでも予定を詰め込むことが可能だということだと思います。」

「うーん、残念ながらそうではありません。」と教授。「本当に重要なポイントはそこではありません。この例が私たちに示してくれている真実は、大きな石を先に入れない限り、それが入る余地はその後二度とないということです。ここで言う大きな石とは君たちにとって一番大切なもの。それを最初に壺の中に入れなさい。そうでなければ君たちは、それを永遠に失うことになります。もし君たちが小さな砂利や砂、つまり自分にとって重要度の低いものから自分の壺を満たしたならば、君たちの人生は重要でない何かで満たされたものになってしまうでしょう。そして、大きな石、つまり自分にとって一番大切なものに割く時間を失い、その結果それ自体を失うでしょう。君たちにとって大きな石は何ですか。」

この話に似た話はいくつかありますが、共通していることは「大きな石」が自分にとって重要なもの、「小さな石」は自分にとって重要度の低いもの、「壺」は時間、人生。そして、大きな石を先に入れないければ絶対に大きな石を壺に入れすることはできないということです。

◆◆「なりたい自分」のために大切な時間を使う

「時間管理」とは、「時間を守る」ということだけではありません。二度と戻ることのない時間を「主体的」に管理するということです。「時間管理」の本質を一言で言うなら、「優先順位をつけ、それを実行する」ということ。その根底にあるのは「自分の価値観」です。是非「なりたい自分」のために大切な時間を使ってください。

◆◆ 自分の時間の使い方を振り返る

私たちの日常は、目先のことに追われがちです。勿論、緊急を要する重要なこともあります。あらかじめ先を見て考え、行動することで切羽詰まらずに済むことも少なくありません。また、突然の用事や電話、メールなど、すぐに対応しなければならないけれど実はそれほど重要でないこともたくさんあります。残念ながら、緊急でも、重要でもないこと、例えば、長電話やメッセージアプリ、暇つぶしなどに意外と多くの時間を費やしていたりもします。

まずは、ここ数日の自分を振り返り、自分の時間の使い方をセルフチェックしてみてください。「なりたい自分」にとって大切なことにどれぐらいの時間を使えていますか。

大切なことに時間を使うためには、あまり意味のないこと、やらなくてもよいことをできるだけ減らす工夫や時には「ノー」と言う勇気も必要です。

◆◆ 1週間単位で計画を立てる

将来につながる充実した時間を主体的に送るには、長期的な計画と合わせて、1週間単位で計画を立て、まず初めに、大きな石、つまり、自分のために優先すべきことをスケジューリングすることを勧めます。勿論、必要があれば1日単位で優先順位を入れ替えてもかまいませんが、週全体で見通しを立てることが大切です。

自分のために優先すべきことの延長線上に、常に「なりたい自分」を思い描いてください。

●● 生徒の活動から ●●

《華道部》8月1日(月)に行われた

「小原流第12回東京地区・学生生け花競技会(はなの甲子園)」(417名の中高生が参加)で、工藤菜乃葉さん(2年)が準優秀賞に輝きました。

《写真部》「第52回神奈川県美術展中高生特別企画展」で、野中康平さん(2年)の写真「タイムトンネル」が有隣堂賞を受賞しました。

《バトン部》9月19日(月)に行われた

「第36回バトントワーリング神奈川県大会」にて上位入賞し、10月29日(土)に行われた関東大会(千葉ポートアリーナ)に出場。次はいよいよ12月10日(土)の全国大会(幕張メッセ)です。

《フォークソング部》「神奈川県高等学校軽音楽コンクール」で、初エントリーながら2年生バンド「Vento」がオリジナル曲「Light Rain」で予選を突破!11月27日(日)に相模原市民会館で行われる決勝に進みます。



「はなの甲子園」準優秀賞作品
(文化祭にて展示)

●● 個人でも活躍! ●●

■安全振興会ポスター原画(安全推進月間・作文募集)コンクール 優秀賞 畠山実梨さん(3年)

■第70回全日本学生音楽コンクール東京大会本選フルート部門 入選 渡邊みなみさん(2年)

音楽大学付属高校の生徒が並み居る中、見事入選を果たしました!

