

埼玉県鴻巣市立吹上北中学校



コ ス

モ ス

秋 桜



学校だより 第11号

学校教育目標 夢に向かって学び鍛える心豊かな生徒 ー夢・学・恕ー 令和4年1月12日発行

〒369-0112 鴻巣市鎌塚550 tel : 048-548-0081 fax : 048-547-1471

ホームページ : <http://fukiagekita-j-konosu.edumap.jp> E-mail : fukiagekita-j@city.konosu.ne.jp



今年も「日々の小さな決断を大切にしよう」

校長 関根 茂夫

令和4年新春、新しい1年が始まりました。明けましておめでとうございます。

再びの変異株の流行（第6波）が心配な年明けとなりましたが、“With コロナ”で今年も進んでいくのだと思います。そんな中でも、新年早々、駅伝や学生スポーツで多くの感動や勇気をもらい、「今年こそ！」と願いを新たにしたい新春です。

さて、普段そんなに意識することはありませんが、私たちはものすごく小さなことから、大きなことまで毎日1,000個以上の決断をしていると言われています。今年も、毎日の小さな『決断』のひとつひとつが、自分という人間を形作っていくのだと思います。

◆『人生は選択の連続である』とハムレットは言った

かの有名な劇作家ウィリアム・シェイクスピアの作品のひとつである『ハムレット』の中で、ハムレット王は『Life is a series of choices. (人生は選択の連続である)』といいます。

この言葉はシェイクスピアの名言として非常に有名な一文でもあります。

この言葉に対する本質的な解釈は人それぞれだと思いますが「人生が選択の連続である」という言葉自体に間違いはありません。

私たちは、なんと1日に1,000個以上の決断をしていると言われています。

一般的に『決断』というと、人生の一大決心というイメージがありますが、実は朝起きてから寝るまで、

- 何時に家を出ようか？
- 傘を持って家を出ようか？
- ごはんは何を食べようか？
- 朝読書をしようか？黙って、やっていない宿題をしちゃおうか？

などように、毎日小さな決断を繰り返しています。

そしてその小さな決断のひとつひとつが、自分という人間そのものを形成しているといっても過言ではないでしょう。

◆今の自分さえも、過去の決断の結晶である

通常、私たちは無意識のうちに小さな決断を行っているので、『決断が自分という人間を形成している』といってもあまりピンと来ないと思います。

現在という状況はこれまでの様々な環境が影響していますが、その最たるものが小さな『決断』の繰り返しなのだと思います。

自分の現在置かれている状況もまた、「過去の決断の結果」ということができますし、もっというならば、現在の自分というのは『過去の決断の結晶』です。

今が幸せで充実してる、という人には関係のない話ですが、現状に不満・不安などを感じているとする

ならば、それも過去の自分の決断がつくりだした造形物なのかも知れません。

◆現在の延長線上に未来があるという気持ちをもつ

過去の決断の繰り返しが現在ならば、現在の決断の繰り返しが未来を形作るということにもなります。

『塵も積もれば山となる』ということわざがあるように、現在の小さな決断の全てが未来へとつながっていきます。

自分で選択した線をひとつひとつ辿っていった先に、理想の未来が待っています。

私たちは長い年月をかけてたくさんの決断を経て、そして理想を実現するために、『現在の延長線上に未来がある』という意識をもちながら日々を過ごしていくことも必要です。

しかし逆にいえば、そのことに気が付いたのであれば今からでも未来を変えることはできます。以前にも話しましたが、「未来」と「自分」は変えられるのです。

◆自分の決断を「公言する」「記録に残す」ことで理想の未来を実現する

日々の小さな決断が理想の未来が待っている、とは言っても、今日から具体的にどのように変えるべきなのか、それが問題です。

それは、やっぱり「決断」です。今までの自分を変える「決断」をすることです。

例えば「今年こそ痩せよう」と誓って、元日を迎えた人がいるとします。そのために「夕食の量を減らそう」「週3日は1時間以上歩こう」と心に決めたとします。しかし、1週間も経たない内に「大好物の唐揚げなので、今晚だけはよしとしよう。ダイエットは明日から・・・」「今日は風が強くて寒そうだから・・・天気が回復したら歩こう」といった具合に、自分で決めたことを継続することの難しさを経験した人も少なくはないと思います。(私もその1人です)

部活動などで環境が整っていれば、そのハードルは乗り越えられるものであったかも知れませんが、個人ではそのハードルは高さを増し、「不安」や「心配」、そして「逃げ」が先に立ってしまいがちです。

しかし、弱気になっていても、自分が願う理想の未来が訪れないことは明白です。なので、自分を変える決断が必要でした。そこで、私は自分自身に甘えないために次の2つのことを始めました。

1つ目は「人に公言する」ということです。例えば上の例でいえば、「3月末までに体重を2kg減らす」「毎週水曜日は1時間以上運動する」と他人に公言してしまうのです。出来れば、自分にとって大切な人に公言することがお勧めです。というのも、公言した以上、実際やらなければ、その人に嘘をついたことになり、大切な人から信用されなくなったり、愛想をつけられたり、時には軽蔑されたりしてしまうでしょう。他人に公言することで、自分自身を甘やかさない方法です。

もう1つは「記録に残す」ということです。公言したことを実際行った日は、手持ちのスケジュール帳に記録しています。カレンダーに記録することもいいでしょう。そうすることにより、「最近、怠けているなっ」「おっ、調子いいぞっ」と、自分の足跡を目で確認することができます。

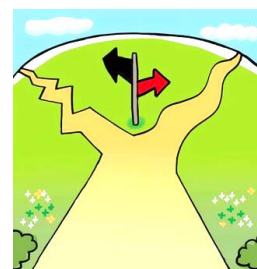
こうした、決断を『公言する』『記録に残す』ことで、理想の未来を実現しようとしています。

人間の生まれつきの才能や処理能力には差がありますが、時間は誰しにも平等に24時間しかありません。有限なる資源を有効に活用するために、皆さんも何らかの方法で、自分自身の甘さに打ち克ってください。

◆最後に

今号はシェイクスピアの名言『人生は選択の連続である』という言葉から、私達が日々行っている小さな決断の大切さについて年頭に話をしました。

今年1年を自分にとって幸せな年にするためにも、これからの人生において、今年を大きな分岐点とするためにも、日々の小さな決断から、意識をもって輝かしい1年にして下さい。



● お金はかからない
● ひみつを守る

親子のモヤモヤ

聞かせてください。



埼玉県内に住んでいるお子様、保護者の皆様、お気軽にご相談ください。
受付時間は午前9時～午後9時です。
(土・日・祝日は午前9時～午後5時 年末年始(12/29～1/3)を除く)

電話で相談したい方はこちら

子どもスマイルネット 午前10時30分～午後6時
(祝日・年末年始を除く)
048-822-7007



埼玉県マスコット
「コロン」がさいたまっす!

さいたま市南部児童相談所
つながる電話

まずは
友達登録から!



埼玉県虐待通報ダイヤル

#7171

児童相談所虐待対応ダイヤル

189

24時間
365日
受付

お問合せ先



彩の国
埼玉県

埼玉県福祉部こども安全課
TEL:048-830-3335 FAX:048-830-4787



さいたま市南部児童相談所
TEL:048-711-2489 FAX:048-711-8904