



## aを整え高める！

インフルエンザの大流行により、学年閉鎖、学級閉鎖が続きましたが、おかげさまで大きな行事である合唱コンクール、2学期定期考査を終えることができました。生徒の皆さんの頑張りはもとより、ご家族の皆様のご協力に感謝いたします。ありがとうございました。

さて、2学期も残り1ヶ月となり、この1年間や2学期間の取組を振り返る機会が多くなると思います。振り返る視点は様々ありますが、本日は「a」について考えたいと思います。

定期考査前、玄関に設置したデジタルサイネージに右上のメッセージを掲載しました。どちらのメッセージも「**努力・取組**」と「**成果・結果**」が関係していることを示していますが、具体的にどのような努力なのかは示されていません。一般的に考えれば、努力をすれば結果・成果がでると理解できますが、思い通りの結果・成果が出ないこともあるのも事実です。では、**結果・成果**が出る・出ないにしていることは一体何でしょうか。

私が今まで経験してきたことを踏まえて振り返ると、自分が考えた以上の**成果・結果**を出していた生徒は、やる気に満ち、絶対に諦めないといった意欲が旺盛であることに加えて、本人なりに努力の方法をよく考えたり、分からないところは人に教わったりと様々な工夫をしながら**努力**を重ねていました。一方で、思い通りの結果が出ない生徒は、他のことが気になって集中できなかったり、嫌なことがあって気がのらないなどの精神状態に加えて、どのように取り組めばよいか分からないままにしたり、分からないことを先延ばしにしたり、言われたことだけやるなどの**取組**に終始し、自分なりの工夫を怠ったりすることもありました。

また、昨今の報道でもありますが、一生懸命努力を重ねて全国大会出場を手に入れても、不適切な行為によって出場辞退になったり、友人との楽しい食事の場面で不適切な行為をすることによって、その後の生活が一変するなどのこともあります。

このように、「**努力・取組**」と「**成果・結果**」は関係しているものの、「**成果・結果**」を大きく左右するのは私たちの「**心**」です。そして、上記事例のように、本当に素晴らしい3年間の努力を重ねても、一時の不適切な行為によってすべてが台無しなることを考えると、この「**心**」は、「**努力・取組**」との足し算ではなく、**かけ算**だと私は思っています。

そこで、私がこれらの関係をまとめると、

「**努力・取組**」を**X**、「**成果・結果**」を**y**、「**心**」を**a**とすると……

**y = a X** これを**人生の方程式**と私は呼んでいます。

もう少し詳しく考えると、心には、「**心の状態**」英語ではメンタルと呼ばれるものと、「**心の働き**」英語ではマインドと呼ばれる二つがあると考えています。**心の状態（メンタル）**には好不調があり、**心のはたらき（マインド）**は、いわゆる思考・意志の部分ですので、高低・強弱があります。そのため、より良い**成果・結果**を出すためには、**心の状態を整え、心の働きを高めることが重要になってきます**。何か不安なこと、分からないことがあれば、いつでも相談してください。そして、**aを整え高めるとともに**努力**を重ね、**目標を実現**しましょう。**

## 学校行事等のお知らせ

本校ホームページの赤二中日記では、学校行事等の様子を公開しています。右のQRコードもしくは下記のURLからご確認ください。また、玄関にも生徒の活躍等をサイネージとして公開しています。ご来校の際にはぜひご覧ください。

<https://www.ita.ed.jp/swas/index.php?id=1320142&frame=weblog>

校長 木村知広

今日の成果は過去の努力の結果であり、  
未来はこれからの努力で決まる

稲盛 和夫 氏



自分自身を裏切らない努力の姿勢が  
未来の結果として現れてくる

羽生 善治 氏



a(心の状態・働き)を整え高めよう！

信頼できる大人・友人にSOSを出す！



不安や悩みを抱えたときには、身近にいる信頼できる大人・先生に相談してください。



赤二中日記

★板橋区主催の広島・長崎平和の旅に、本校代表の さんと さんが、被爆地を訪れて様々なことを学び、板橋区平和の灯パレード・板橋平和の集いにも参加しました。後日全校朝礼等で発表してもらいますが、今回は参加後に書いた感想文を紹介します。「平和な社会」も「より良い社会」も私たち自身の手で創りあげるものです。ぜひ、この感想文を読んで、私たちに何ができるか考えて、具体的に行動して欲しいと思います。

### 伝え続けていく力 赤塚第二中学校 8年

原子爆弾の投下から80年。被爆者の方の平均年齢は86歳を上回っています。私は広島の地に足を踏み入れて平和について学んできました。そこで考えたことは3つあります。

1つ目は原爆の恐ろしさです。被爆者体験講話で笠岡さんからお話を聞いて、亡くなった方々と残された方々の痛みがひしひしと伝わってきました。記念資料館では目や鼻がなくなっている人の写真や海にたくさんの遺体が浮かんでいる様子をあらわした絵、破れている服に降り注いだ放射性物質を含んだ黒い雨などたくさんの展示物がありました。他にも原爆ドームなどのコンクリートでつくられたことで残った被爆建造物に歴史の重みを感じました。インターネットですぐ調べられるこの時代だけれど、現地に行くことでしか味わえない経験になったと思います。

2つ目は今の暮らしが貴重でありがたいものだということです。戦争を実際に体験した人がどんどんいなくなっているこの時代。他国では今も戦争や紛争が終わらない中で、日本人の戦争への意識や平和を尊ぶ姿勢は薄れてきていると私は感じます。8月6日の平和記念式典での小学生の誓いの言葉にあった「あの悲劇を風化させず、記録として被爆者の声を次の世代へ語り継いでいく使命が、私達にはある。」という一文には強く共感しました。同じ過ちを繰り返さないためにも怖くて悲しいものであっても全ての人にこの事実を知ってもらう必要があります。

3つ目は自分ができることについてです。今回、日本に初めて原子爆弾が落とされた広島を訪れて現実から目を背けたくないような事実にもきちんと向き合うことができました。戦争が周りにはないことを当たり前思わずに、「本当に幸せなんだな」と思いながら生活していきたいです。私は家族や友達に学んできたこと、思ったことをたくさん話そうと思います。そしてこの出来事を、「あの日」を絶対に忘れないように常に心の中に留めておきたいです。

今、世界にある核の数はおよそ12,000個。そのうち、すぐに使えるものは4,000個あり、威力は広島・長崎に落とされたものより何倍も大きいそうです。これ以上原爆の被害を受ける人が増えないようにするためには伝え続けることが大切です。自分一人だけの力で世界は平和にはならないけれど、行動していかなければならない使命が私達にはあります。私達が語り継いでいくことによって、未来では「なんて戦争をするのだろう」と疑問に思うことができる人たちが増えていってほしいです。

### 仲間と語り継ぐ 赤塚第二中学校 8年

私は、広島「平和の灯」と長崎「誓いの火」をあわせた「平和の火」を見つめながら板橋区役所を出発し、長崎に向かいました。この火は、平和の尊さや戦争の悲惨さを言葉ではなく物で語り継いでいて、重要な役割を担っています。また、板橋区役所正面玄関前には北村西望さんが作った「平和を祈る」像があります。これは、北村さんの生前最後の作品です。

長崎にある平和祈念像も、同じく北村さんが制作したものです。垂直に高く掲げた右手は原爆の脅威を、水平に伸ばした左手は平和を、横にした足は原爆投下直後の長崎市の静けさを、軽く閉ざした目は戦争犠牲者の冥福を祈っている姿を意味しています。北村さんが作った2つの像でも、長崎と板橋区の平和への想いがつながっていると思います。

1日目は、青少年ピースフォーラムに参加し、被爆者の方のお話を聞いたり浦上地区のフィールドワークをしたりしました。被爆者の三瀬清一郎さんの「平和は人類共通の世界遺産です」という言葉がとても印象に残りました。浦上地区のフィールドワークでは、実際に被爆した建造物をたくさん見て、改めて原爆は凄まじい威力だったのだと痛感しました。

2日目は平和記念式典に参列しました。式典前は大雨だったけど、始まってからは不思議と雨が落ち着きました。そんな中、式典は長崎市議会議長の岩永敏博氏の式辞で始まり、献水、献花の後に黙とう、長崎市長鈴木史朗氏の長崎平和宣言、被爆者代表西岡洋氏の平和への誓い、児童合唱等が行われました。献水は、原爆が投下されてから約3000度に及んだため、人々は水を欲しがりました。体中やけどを負った人が、水を求めて川に飛び込んだそうです。そのため、平和公園内に「平和の泉」が作られ、式典で行う献水の水も、「平和の泉」をはじめ市内の湧き水を使用しています。また、この式典で特に心を打たれたのが、「ノーモアヒロシマ・ノーモアナガサキ・ノーモアウオー・ノーモアヒバクシャ」と鈴木市長が力強く訴えていたところでした。この言葉は被爆者の故・山口仙二さんがおっしゃった言葉ですが、長崎市民の平和への想いが強く伝わりました。被爆者合唱の「もう2度と」という歌も、歌詞から同じような想いが伝わりました。

またこの旅で、私は参加した22人全員と仲間になることができました。このため、初めて集まったメンバーでも、核兵器廃絶や平和という共通の想いがあればすぐに仲間になれるということを感じることができました。22人の新しい仲間たちと一緒に長崎に行けて良かったです。平和の尊さ、戦争の悲惨さを実際に現地に行って共に学んだからには11月の「平和のつどい」で平和の火を持ちパレードすることで、新しい仲間と地域の方や学校の皆に伝えていくという使命を新たにしたいです。貴重な体験をさせていただき、ありがとうございました。