



# さわやか

令和2年12月3日

西東京市立田無第二中学校 12月号

健康  
誠実  
敬愛

## 明日は今の中にある

校長 矢野 尊久

「人生を変えようと思ったら、まず『今』を変えること」と言われています。そもそも時間にはさまざまな単位があります。1年、1ヶ月、1日、1分、1秒……。私たちはよく「いつまでに〇〇をしましょう」といわれて、時間をその単位で考えてしまいがちです。もちろんひとつの仕事や勉強などする上で期限も大切な時間の単位ですが、この「いつまでに……」という期限でさえも実は「今」という一瞬の集まりからできています。そして、この瞬間にさえ「今」は過ぎ去っています。

「いつか人生を何かを変えたい」「いつか自分はよりよく変わりたい」と思ったとき、「いつか」は余分な言葉です。「いつか」という言葉が入るとなかなかうまくいかないことがあります。行動までに時間がかかり、その気持ちになるために大きなエネルギーが必要になることもあるからです。チャンスを待つという考えもありますが、チャンスを待っているということはすでにもう「今」を大切に行動に移しているからできることです。

「今しかない」という考えは、焦ったり、差し迫ったりした様子に見えるかもしれませんが、生活していて一番に感じたり、体験したりしていることは全て「今」です。極端に180度変わることや、ハードルを高くすることではなく、「今を変える」とは、少し意識を変えることです。「今」を変えれば明日が変わり、明日が変われば、あさっても変わります。運命を変えるには出発点である「今」を変えるという意識改革です。小さなことでも良いので、今すぐできることを考えるだけでも意識は変わります。そして小さくてもいいから行動へと結びつけるのです。毎日の小さな意識改革が人生を大きく変えることだってあります。ブラジルのボタフォゴFRに所属しているサッカーの本田圭佑選手は、「僕は毎日、こうなりたいというイメージを頭の中に描いている……」と言っています。「いつかは人生を変えたい」と思ったら「今」という時間を変える意識を本田選手の様に持ち続けることではないでしょうか。

新型コロナウイルスの感染症対策ため今年の学校生活は6月からのスタートとなりました。例年より短い期間となった学校生活、そして感染防止で取り組む新しい生活様式になったりしたことで、今まで以上に「今」という状況や時間について考えさせられる日々でした。しかし、戻らない時間を追いかけるのではなく、「今」を大切にしていけることが大切だと思います。なぜなら明日は「今」の中に存在しているからです。

今年もあと3週間ほどになりました。来年やその先にある未来に向けて「今」を大切にし、少しでも変えるための意識を持ちたいものです。小さな行動が人生を変えるきっかけになってくれればと思います。



二中のホームページは左のQRコードからご覧ください  
◇最近の記事……「2年生男子 ダンス発表」「冬の訪れ」「English Presentation ～School Trip～」などがあります。

## ◇◇キャリア教育◇◇

**1年生** 三鷹ハローワークの方を2週に渡りお招きし、事前に行ったレディネステストの結果の見方をお話いただき、自分の特性、向いている仕事などについて理解を深め、その後働くことの意義について専門的な立場からのお話を聞きました。そして実際に会社等で働いている方3人から、仕事の様子、やりがい、苦労していること、中学時代のこと、二中生へのメッセージなど具体的なお話を伺う講演会を実施しました。様々な



角度から仕事について学ぶことで、生活の糧として仕事をするだけでなく自分としっかり向かい合い、将来について考える良い機会となりました。次は1月29日にマスコミ関係の方の話聞く予定です。



**2年生** 職場体験が新型コロナウイルスの感染症対策ため実施できなかった2年生では、1年生同様レディネステストを実施し、職業調べ（廊下掲示）を行い、映像教材の視聴を通して実際の仕事について追体験する機会としました。そして実際に働いている方をお招きして「職業講話」を12月11日に実施する予定です。

## ◇◇健康教育◇◇

2年生対象に「がん教育」講演会を行いました。今年は西東京市にある佐々総合病院院長の鈴木隆文先生をお招きして、生徒が在住する西東京市の病院で行われているがん治療の実際の様子や命を大切にする生活、検診の大切さについてお話を伺いました。また、今日的な話題として新型コロナウイルス感染症についても要点をお話いただき、感染症からの差別や偏見といった人権問題まで踏み込んだ話を生徒たちは真剣に聞いていました。



## ◇◇校外学習決定◇◇ ※感染状況により変更もあります

1年生……令和3年1月15日（金）川越市内

2年生……令和3年2月5日（金）市内巡り

3年生……令和3年2月26日（金）東京ディズニーリゾート/ディズニーランドまたはディズニーシー

### ○部活動の表彰○

バドミントン部女子…11ブロック新人大会・ダブルス第3位 2年ペア

○税の作文表彰○ 西東京市長賞3年 東京国税局管内納税貯蓄組合連合回優秀賞3年

多摩武蔵納税貯蓄組合連合回会長賞3年

○薬物乱用防止ポスター表彰○ 優秀賞 1年