

### 3 学期始業式式辞

新年おめでとうございます。今年もよろしく申し上げます。

この冬は暖冬で、過ごしやすいお正月だと思ったのもつかの間、石川県の能登半島を中心に大地震が発生し、大変な新年の幕開けとなりました。震度7の激震で家が倒壊したり、道路が分断されたりした映像を見たと思います。お亡くなりになった方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された方々には心よりお見舞い申しあげたいです。これは決して他人事ではありません。「天災は忘れた頃にやってくる」という言葉があります。寺田寅彦という物理学者の名言です。日本は世界でも自然災害の多い国です。特に地震は多いです。日本の国土は世界の0.25%に対し、2011～2020年の10年間にマグニチュード6.0以上の地震の17.9%が日本周辺で発生しています。日本が四つのプレートが衝突する場所にあるからです。このことを肝に銘じて、いざという時の備えが大事です。自分で自分の幸せな暮らしや健康を守るため「備えあれば憂いなし」です。

幸せな暮らしや健康といえば、最近よく耳にする幸福や健康を意味する「ウェルビーイング」という言葉があります。直訳すれば、wellが「よい」、beingが「生きていること」で、合わせて「よく生きていること」となります。ウェルビーイングは、心身ともに満たされた状態を表す概念で、個人が肉体的、精神的、社会的に満たされた状態です。満たされた状態が持続することがウェルビーイングです。同じ幸せでもHappinessがありますが、一時的な幸せの感情を指すことばです。皆さんには今年もウェルビーイングに過ごしてほしいと願っています。

2学期の終業式でお願いしたことを覚えていますか？

①高校生として冬休みの過ごし方がどうあるべきかを考えて行動してください。

では、冬休み冬休みの過ごし方がどうだったか 振り返ってください。

- ・計画を立てて、毎日規則正しく、朝起きて、夜寝ることができていましたか？
- ・学校からの課題はきちんとやり終えましたか？
- ・家での手伝いもしましたか？
- ・事件や事故はないですか？

②思い詰めたなら誰かに相談してください。命を大事にしてください。絶対、死なないでください。

- ・思い詰めてる人はいませんか？
- ・もしいたら、誰か相談できる人に辛い気持ちを話してください。

これらは、3学期になったからといって、変わるものではありません。引き続き、自分を大切に、充実した高校生活を過ごすようお願いします。

どの学年も、3学期は学校に来る日が思っている以上に少ないです。例えば、3年生は1月は17日、2月は9日、3月は1日の計27日間です。2月中旬で家庭学習に入ります。その前に1月30日から卒業のかかった学年末試験があります。試験まで、3週間もありません。全員が、一緒に卒業できるよう、最後、しっかり勉強してください。

1, 2年生は3月末まで、授業等ありますが、高校入試の関係で、登校できない日がけっこうあります。1月は17日、2月は14日、3月は10日ほどしか登校しません。あっという間に4月になってしまいます。特に一月後の2月14日から学年末試験があります。今年度最後の試験です。そろって進級出来るよう悔いの残らないように、この1ヶ月は必死で勉強してください。

3学期の始業式にあたり、一人一人が1月～3月までどのように過ごすかよく考え、計画を立ててください。この1年が、病気や災害にあわない、事故や事件に巻き込まれない。そして、一人一人が肉体的、精神的、社会的に満たされてウェルビーイングに過ごす。そんな1年になるといいなと思います。みなさん自身が、努力して、そんな1年にしてください。3学期も勉強、学校行事、部活動にと、頑張ってください。