

昇華 ～14人で創る最高の足跡～

6月（水無月）になりました。私の家の近くでは、夜になると、カエルの合唱にあわせてホタルが美しく舞い始めました。これから梅雨期に入っていきますが、甚大な被害が出ないように祈るばかりです。

さて、先月20～22日に2泊3日の行程で、東京方面へ修学旅行に行ってきました。表題は、9年生修学旅行のスローガンです。「修学旅行から帰ってきたときに、全員が1つレベルアップしている状態でありたい。準備の過程も大切に、最高の足跡として残したい。」という気持ちが込められており、実行委員会を中心に生徒たちが決定しました。主な日程は、1日目：東京ディズニーランド、2日目：都内班別研修・夜間中学校との交流、3日目：浅草散策・東京スカイツリー見学。行きは新幹線、帰りは飛行機を利用した旅でした。今年は学年団の意向で、夜間中学の生徒さんとの交流を計画しました。事前学習も含めて、夜間中学校で学ぶ生徒さんの姿や、先生方のまなざしから、本当に多くの学びがありました。夜間中学校にかかる知識を増やただけでなく、これからの人生に大きな刺激になったことと思います。2・3日目は、あいにくの天候でしたが、生徒たちは「自律・尊重・挑戦」を胸に、有意義な修学旅行にすることができたと思います。

本日より、地域の7つの事業所のご理解・ご協力を得て、8年生が「トライやる・ウィーク」を実施します。1998年度から始まった兵庫県独自の事業であり、今年度で29回目となります。家族や先生以外の大人とのコミュニケーションによって、汗して働くことの尊さやお金の大切さ、命の尊さ、子育ての大変さ、親の愛、地域の願い・・・などを感じ取って欲しい。そして、自らの可能性について考えたりや大人になることへの憧れを抱いて欲しい。そう願っています。

また、6月は全国的に「食育月間」と定められています。改めて、「食」について考える機会にして欲しいです。「食」という字は、「人を良くする」と書くように、「食は、心と体の健康の基本」だと思います。私たちの体は、食べたものからつくられます。「その一口一口が自分の未来の体をつくっている」と考えると、食への意識も少し違ってきます。また、食生活とメンタルヘルスには密接な関係があることが知られています。バランスの良い食事・朝食欠食の改善・共食などは、脳のはたらきを良くするとともに、心の安定につながります。このように「食」は、私たちが生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことにつながっています。

疲れがたまりやすく、天候不順等によりイライラ・おしゃくしゃしやすいこの6月。保護者の皆様のご理解・ご協力を得ながら、「食べる」ことの大切さを再確認し、「食べる」ことで活力を得て、みんなが健全に過ごしていけたらうれしいです。

令和8年6月1日

千種学園

宍粟市立千種中学校長 上山 昌秀