

生徒の皆さんへ

多賀城高等学校 校長 牛来 生人

今年度最初の「校長室より」をHP掲載により発行します。1年生の皆さんへは初めての配付（配信）となります。通常はプリントで時節に応じた内容をお伝えするものです。

2月末からの臨時休業が延長され、学校生活を再開できずにいることを残念に思います。感染拡大防止を念頭に置き、何ができるか、何ができないかを皆で考え、工夫していかなければならない時期だと思えます。行動に制限があり、閉塞感を感じていることでしょう。どのように行動すべきかを冷静に考え、衛生管理に気をつけて日々の生活を送るようにしましょう。「これくらいのことなら。」という不注意は慎み、できる配慮を手を抜かず続ける自制心を失わないことが、誰にとっても大事だと思えます。自分を支えてくれる周りの人たちを、そして自分自身を大切にしましょう。

この時期にあって、皆さんに考え、取り組んで欲しいと思うことを幾つかお伝えします。

1 記録・日記を付けること

毎日、自分がどのように考え、どんなことを実践したか、行動したのかを記録として残しておきましょう。

感染の収束が見通せない中、衛生管理の観点から行動の記録が重要と言うこともあります。自分の行動に軽率な点がなかったか、改善すべき点がなかったかを振り返ること、自分が濃厚接触者等になってしまう万が一の場合に対処することも含め、記録を取ることは重要です。

しかしそれにも増して、個人として過ごす時間が長いこの時期だからこそ、自分が何を考え、どう行動したのかを振り返り、自らを知るために自己分析する経験を持つて欲しいと思います。一人、部屋の中で、あるいは散歩しながら、自らの思索を深め、その軌跡を記録として残すことは5年後、10年後に活かされます。「発想」は突然、頭の中に浮かんできますが、それをつなぎ止めておく工夫をする人は少ない。物理学者の湯川秀樹は、夢の中で思い浮かんだことを書き留めるために枕元に鉛筆とメモ用紙を常に置いておいたそうです。数学者の岡潔は毎日の研究記録を付けていたそうで、何も思いつかなかった日は「何もし。」と記録したそうです（記録がないとその日を振り返ること自体がとても難しくなる）。そこまででなくても一日の終わりに、自分が何を考え、どう判断し行動したかを振り返ることは意義深いことではないかと思えます。その日にどのような学習に取り組んだかを記録し、翌日に活かすだけでも大いに効果があります。

2 学習計画の立案と実践を

普段であれば各自の学習計画がなくても日々の授業が学習のペースを作ってくれるでしょうが、家庭学習が中心の今、皆さん自身が学習計画を立て、学習の進行状況、理解度、定着度を自己判断することが大切であり不可欠です。各学年毎の課題等の学習指示を手が

かりにし、購入した教科書を中心にして、規則的な学習を継続して欲しいと思います。

まず、時間を意識しましょう。計画を立てる以前に、勉強に取り組みはじめるかどうか
が第一の問題です。自分を律することが苦手な諸君にとって勉強をはじめるまでが一苦労
です。一つのコツは、「始めようとする時間の 5 分前に始めること」です。8 時に始めよ
うと思ったら 7 時 55 分に机の前に座り、始める準備を整えてしまうとよい。そのことだ
けでも意識すると、だらだらと結局やらずじまい、ということ避けられると思います。

また、その日にやる分量、時間を欲張らないことも大切です。やれないということはそ
もそもやろうとした計画が間違っているのです。分量を欲張らず、きちんと消化できる分
量を設定し、集中力が続く時間が何分間なのかを意識して学習計画を立ててはいかがでし
ょうか。1 時間 2 時間と続けて勉強することは誰にとっても難しい。30 分続けて 5 分休む
サイクルを何セットか実行する方が達成の可能性は高いのではないかと思います。

取り組むべき教材は具体的に明確にします。何となくこの教科を、ではなく、この教科
書の何頁から何頁まで、と具体化します。さらに繰り返して学び直すことも進度計画に入
れ込みます。ただ進む一方の学習計画では、学びではなく作業になってしまいます。何を
いつまでやれた、ということが目で分かるように、取り組むべきテーマを具体化・明確化
して意識するとやる気も出ます。

一人で勉強することは楽ではありません。しかし、独創的な仕事は孤独な中から生まれ
ることがとても多く、ひとり真剣に思索を続けることがその人の個性を引き出すきっかけ
になることもまた歴史的事実です（ここでは詳細は省略します）。

一年分の予習を終えてしまうくらいの意欲で、自学自習に挑戦してみたいはかがでし
ょうか。

3 やれる範囲で手伝いや奉仕活動を

感染防止が最優先ですから、ボランティア活動をやるにも制限があります。無理はいけま
せん。ただ、家庭内の手伝いや家の周辺の清掃活動など、衛生管理に気をつけてやれるこ
とはあるでしょう。部屋の片付け・掃除であっても、普段なら十分にできないことを取り
組んでみれば良いと思います。家族の手伝いでも良いでしょう。身近なところから取り
組む、という心がけで実践してみましよう。

4 やれることには躊躇なく取り組んでいきましょう

現在の臨時休業が今後、どれくらい続くのか、明確なことは分かりません。来週の連休
明け、5 月 8 日までには緊急メールで連絡があると思います。状況は日々、変わりますの
で、最新の連絡に気をつけて下さい。

まだ、副教材の配付が終わっていないため、皆さんの勉強には不自由をかけています。
災害科学科は Zoom による学習支援を実施しています。Google Classroom の利用も始めつ
つあります（災害科学科 1 年生徒諸君は iTunes U）。登録を終えていない諸君は早めの登
録をお願いします。また、ネット環境を利用できない人は、担任等と相談して下さい。

本格的な学校再開を前に、利用できることは利用し、やれる範囲のことは取り組んでい
きたいと思います。通常授業が再開し、皆さんの顔が校内で見えるようになることを切に
願っています。