

## 「私たちらしく生きてゆこう」

校長 磯部 明嗣

臨時休業が三月二日から始まって間もなく二か月が経ちます。臨時休業となる前に皆さんに放送でお話をした二月二八日、杞憂となればと願いながらも現実には厳しいものとなることを覚悟して、東日本大震災に触れ、金子みすゞさんの詩を紹介しました。

「遊ぼう」といっても、聞いてくれるあなたがいなければ声に出すことはできない。聞いてくれるあなたはいらぬだけで役に立っている。そして、声を出すことができる他者の存在に感謝することを忘れないようにしたい。

「こだまでしょうか。」「いいえ、だれでも」と、例えば「苦しい」といえば「苦しいね」と受け入れてくれる存在、あなたを丸ごと受け入れる人がいた。私たちはその時のことをつい忘れてしまいがちです。あなたが本音で話した人や場所を思い出してみよう。その出来事は、年を幾重に重ねてもつい昨日のこのように輝いています。その時を定点として自らの成長を振り返り、あれから何を心得、何を失ったかを知る。そして、その振り返りによってこれからどのように歩むべきかを見通すことができる。今、そうした岐路に生きていると思えたなら、現在が新たな定点となり、大きな節目となっていくことでしよう。

私たち日本人は、自然の中で、災いととも生きてきた民族です。その

詩「こだまでしょうか」

(金子みすゞ)

「遊ぼう」っていうと

「遊ぼう」っていうと

「馬鹿」っていうと

「馬鹿」っていうと

「もう遊ばない」っていうと

「遊ばない」っていうと

そうして あとでさみしくなつて

「ごめんね」っていうと

「ごめんね」っていうと

こだまでしょうか。

いいえ、だれでも。

渦中にあっても、気高さを損なうことなく世界からも称賛されてきた国です。この難局にあっても日本人らしい振る舞いで乗り越えていくことに勇気を持ちましょう。

私たちはひとりではない。

力を合わせて頑張りましょう。

「勇気を失つな、くちびるに歌を、心に太陽を。」

黒崎 盛継

旭野生の皆さん、今はどんな状況でこのメッセージを見えていますか？パソコンから見えていますか？それともスマホからこのメッセージを見えていますか？はたまたこのメッセージを見ているのは元旭野生とか？

今皆さんは自宅で毎日生活を過ごしているかと思えます。生きてきたなかでこんなに見えないウイルスにおびえながら、色んなことを規制される、なんて今まで経験のないことですよ。ついこないだまでやってきた、学校に行つて勉強して、部活やって、友達とワイワイして、家で家族と過ごしたり、ときには一人の時間を過ごしたり、という「当たり前」ができない……こんなにも不自由だとは思いませんか。でもきつと「当たり前」が戻ってくる日はきつと来ます！だからこそ今はじつと耐え、日常に戻つた時の準備をしておきましょう！

さて、何をしたらいいんだろ？それは五感をフルに活用し、「身体」をオンにする習慣づけです。まずは、学校から配布された課題を自分で解いてみましょう。次に、活字に触れてください。新聞や、普段読まないような本（特に「新書」はおすすすめ！）や小説を読んで頭の中で自分なりの解釈や想像する時間を持ちましょう。また、テレビやインターネットで様々な情報を見るのもアリ。色んな人の意見を聞きながら、自分の考えを持つ

機会を作りましょう。色々考えすぎてパニックしそうになったら全身使ったストレッチをしてリセットを。

クロサキ的におすすめのものが「歌を聴く」です。テレビの音楽番組やネットで検索すれば、今現在のヒット曲だけでなく、「〇〇年のヒット曲」と昔の歌を聴くことができます。「歌は世につれ、世は歌につれ」という言葉があるように、歌は世の中のできごとを知ったり、色んな状況を体感できるいいきっかけになると思います。そしてなによりも歌は歌ったり聴くことで元気になったり、ツライ気持ちを和らげてくれます。ぜひ色んな歌を聴いてみてください。何気ないことばかりですが、改めてやってみると文字や歌に新しい発見があるかも？

拙い文章ですが、読んでくれてありがとうございます。僕も早くみんなの元気な姿を学校で見たいです！また学校で会える日を楽しみにしています！

### 冷静に今やれる最大限の努力を

小島 清美

休校が長引く中、不安と焦りに心が穏やかではないかと思えます。少しでも皆さんの不安を和らげるために何か必要かと考えています。3年生の諸君、受験生である自覚を持って毎日を過ごしていますか？少しでも足になるようにこちらのHPを見てください。

<http://apec.aichi-c.ed.jp/> これは愛知県総合教育センターのHPです。国や県、NHKや民間の学習支援サイトに加えて理科のサイトも載っています。ネットを有効活用しつつ、共通テストや2次試験までの年間計画を立ててみて下さい(特に主要三教科)。

国語は古文単語、漢文必携、問題演習。数学はニュースタANDARD(文)・メ

ジアン(理)・チャートを中心に演習。英語はシス単はもちろん、2年次のScrambleで確認、Vision Questに戻って復習。長文対策として河合出版の「やっておきたい英語長文」を購入して一日一題ずつ必ずやるのもおすすめ。社会科科目は予習を進めてメモリーツリーを作る。理科科目についても、既習事項の復習はもちろん、できるだけ予習を進め問題にも取り組みでみる。

一人で戦うのはとても困難なことです。受験は最終的には一人ですが、学校で友人とお互いに頑張っている様子を感じ合うことが力になります。今、それができないかもしれませんが、こういう時にこそSNSを利用してお互いに励まし合ってもいい。文字だけでなく、顔を見て通話ができるツールで連絡を取り合ってください。そこで、質問大会、教え合い大会が始まるのも素敵です。実際に会えなくても今の時代の強みを生かしてみんなで乗り切ってほしい。力不足でこのメッセージくらいしかできない自分を歯がゆく思いつつも、なんとか少しでも元気が出ればと思います。早く再会・再開したいね！

### 「辛いときこそ、得られることを考えよう」

近藤 和雅

突然の臨時休校になってもう2ヶ月が経とうとしています。旭野生の皆さんは、どのような生活を送っているでしょうか。はじめは、学校が休みになって喜んでいたり人もいたでしょう。しかし、今となってはこの状況に、ほとんどの人が不安を抱いていると思います。授業のことはもちろん、ずっと頑張ってきた部活動の大会がどうなるかなど、ほんの数ヶ月前には想像もつかなかった生活を送っていると思います。そんな旭野生にメッセージを送りたいと思います。

自分の経験も踏まえ、過去の人類は非日常の中でこそ、成長してきた面があります。今回のことで失ってしまったこともたくさんあるでしょう。しかし、逆に今までできなかった、あるいは、やってこなかったことをすることで、得られることもたくさんあると思います。例えば、私の家の近くの飲食店は、今までやっていなかったデリバリーを始めて、それが口コミで話題となり、今は普段より忙しいほどだそうです。また、教育現場もICT化が一気に進み、ネットワーク環境が飛躍的に整備されそうな状況です。今回の事ではないですが、私自身も過去の辛い経験から、それをバネに成長してきた面が多々あります。極端な言い方をすれば、その経験が無ければ、今の自分はなかったと思っています。

では、今の皆さんにできることは何でしょうか。1年、2年、3年それぞれにやるべき事があると思います。学校に通っているだけではできないことがあるはずです。私は常々自分にこう言い聞かせています。「良いことがあったら、そのことで失うことを最小限にとどめ、辛いことがあったら、そのことで得られることを最大限に増やす。」臨時休業が明けて、成長した皆さんに会えることを楽しみにしています。私もまた成長します。

### 《ウィルスの脅威に負けないために》

社会科 笹山 茂晃

COVID-19と名付けられたウィルスによって、私たちの社会と日常は大きな脅威にさらされている。感染を防ぐためにはソーシャル・ディスタンスング(社会的距離 約2m)をとることが必要とされ、学校は休校となり在宅勤務が推奨されている。また様々な業種において自粛要請がなされデパートや多くの飲食店が営業を見合わせている。

影響はそれだけではない。肉眼では見ることのできない微細なウィルスへの不安と恐怖は、人に自己保存のための強烈な利己心を発露させ、日頃私たちが内に秘めている人としての卑しさを炙り出した。電車内で咳をしただけで怒号が飛び、マスク購入を巡って取っ組み合いのけんかが起きた。中華街には外国人を罵倒するビラが送りつけられ、あからさまな差別が行する。トイレトペーパーの買い占めは、滑稽ですらあった。そもそも買うために行列を作ると言う行為自体が、地域社会を混乱させ、ウィルスの感染拡大リスクだ。このことに気づかず、これがデマであるとわかったあとにも続いたのだ。

人は、利己心が強くなるほど視野が狭くなり、自分のことしか見えなくなる。だから後から冷静になってみると何と「愚かな」と恥じ入るような行為に走ってしまう。では、どうしたらいいのか。

それは、どんな状況におかれても自分自身を見失わないようにすることだ。豊かな教養とそれに裏打ちされた知性と理性的な認識こそ、どんな状況におかれたとしても自らの人間性を保持し続け、冷静に客観的に物事を見ることできる唯一の方策だ。

長期にわたる臨時休校は、君たちにとっても苦痛で不安だと思う。だからこそ、この与えられた時間で君たち自身を豊かにするための努力をして欲しいと思う。今は自宅にいても世界と繋がることができる。しかもそこには様々な情報が蓄積されており、これを使って学習することができる。自ら学習することを身につければ、自らを成長させることができる。また、まとまった時間を利用して本を読み知見を広げることでもできる。休校を嘆くのではなく、チャンスとして有意義に過ごしてくれることを期待している。

それでは、君たちが元気で明るい笑顔とともに、また学校に戻って来る日を楽しみに待っています。

## 『感謝の気持ちで、困難を乗り越えよう』

柴田 智宏

旭野生の皆さん、毎日を計画的に、そして元気に過ごしていますか。休校が長引くために、当たり前に行えることができず、ストレスや不安を感じているかもしれませんが、できないことを嘆くより、できることを喜び、感謝しましょう。ないものを嘆くよりも、あるものを感謝しましょう。新型コロナウイルスに負けないように、最前線で頑張っている医療従事者の方たちや、皆さんのことを常に考え、育ててきた保護者の方に感謝をして、今、何をすべきかを冷静に考えて、社会の一員として責任と節度のある行動をしてください。

ストレスや不安に対処するには、体操、ストレッチ、散歩等の運動をして、口角を上げてわざとでも笑ってみると気持ちも変わります。家の片づけ、手伝いをする。読書、音楽を楽しむ、文章を音読するのもおすすめです。家族との会話はとても大切です。たまには、日頃の感謝の気持ちを伝えてみましょう。

困難な時期だからこそ、心にゆとりを持ち、感謝の気持ちを持って、人思いやり、協力することで、この困難を乗り越えることができると思います。学校が再開したときのために今から、学校生活に合わせた起床時刻を守る規則正しい生活を送り、十分な睡眠、栄養をとり、運動する習慣をつけましょう。課題をこなすだけでなく、教科書、参考書、問題集にじっくりと取り組んでください。学校が再開して、皆さんと会うのを楽しみにしています。

## 『受験生へ、ピンチをチャンスに変える数学勉強法』

3年 数学科 中村 智子

3年生の皆さん、元気にしていますか？毎日大変な状況が続く中、自分で計画を立てて勉強を続けることは大変なことだと思います。受験生の皆さんにとっては、この大変な状況をいかに乗り越えることができるかが勝利のカギだと思うので、数学の勉強法についてアドバイスをしたいと思います。ぜひ参考してみてください！

## 『毎日の数学勉強法はこの4つがポイント』

- ① 毎日午前中2時間、または午前午後それぞれ1時間ずつ勉強時間をとる。
  - ② 苦手分野克服時間(1時間)と課題時間(1時間)に分けて取り組む。
  - ③ 苦手分野克服(模試の結果が悪かった分野など・例えば三角関数とか・・・)
  - ④ 教科書の例題のやり直し・・・例題は一通りやることで基礎固めになります。
  - ⑤ チャート例題のやり直し・・・チャートの★2つ〜3つをやり直してみる。
- ※ 自分で自分に説明できるまでやる(説明がスラスラ出来たら大丈夫！)
- ④ 課題の取り組み方(そのまま入試で使えるところまでやりこむつもりで取り組もう)
  - ⑤ 時間を計って解く(簡単な問題も難しい問題も時間・ノーマスを意識して)
  - ⑥ 解説を見て、なぜその方法を使うと上手くいくかを考える(大事だよ！)
  - ⑦ どの公式を使ったかを確認する(ついでに周辺の公式も覚えなお

す)  
⑤ 他うの方法も考えてみる(常に別解を考えてみることを習慣にしよ)

学校が始まったら質問できるように、聞きたいことをまとめておいてください。皆さんの頑張りを応援しています！そして、授業が再開したら、たくさん質問を持ってきてください。一緒に頑張りましょう！

### 『ピンチをチャンスに変える気力と工夫を！』

数学科 三年六組副担 平山 裕志

旭野の生徒のみなさん。初めまして。

この春、転任して来た平山です。まだ、出校日に数名の三年生と言葉を交わしただけという、とても異例な状態です。とりわけ、受験を控えた三年生のみなさんは、先の見えない不安な日々を過ごしていると思います。

不安から夜も眠れないこともあるかもしれませんね。

しかし、全国の非常に多くの受験生が、同じような不安な生活を送っていません。

君は、ひとりじゃありません。

旭野に、そして全国に仲間がいると考えてください。そして、ひとりひとりが、少しずつでも気力を振り絞って、まだ見ぬ友と手を携えて頑張ってください。

また、本校のホームページでも紹介されているようなICT教材などを活用して家庭学習を工夫してください。

今のピンチこそ、君が成長できるチャンスだと思えます。

苦しいときは、旭野高校の校訓「知性ある社会人」「品格ある教養人」「気力ある生活人」を心に唱えてください。

成長したみなさんに会える日を楽しみにしています。

### 今やるべきこと

Ex-Banker

「望まない」休日が続いています。

メディアでは、「精神的に不安定に」などと言われますが、小さな子どもはそうかも知れません。皆さんは何歳ですか？やるべきことが山ほどあり、それらをこなす時間が十分ある。こんなチャンスは百年に一度あるかないか。私なら好きな学問に没頭してしまいます。

さて、まずやるべきこと。一つは、コロナウイルス感染症に感染しない、感染させないと言ふこと。健康な人を介して弱い人を重症化する、これまで見たことがない伝染病です。ニュースで見ると、手洗い・うがい、3密を避けることは解っていると思います。ところが、街へ出ると多くの若者が集団で店に入りし、自転車で駆け回り、悲劇を逃れようとしている人たちを冒瀆する行為が見られます。今は絶対に止めてください。

二つ目は、広い見識をもつこと。経済活動が停滞したとき、世の中はどういう危険信号を発するのか。海外の工場が止まれば日本の工場も止まる。沢山あるハズの病院が不足する事態。人が来ないことで立ち行かなくなる商店など、全く他人事ではなく皆さんが将来出会うかもしれない事態を目の当たりにしています。今、自分が何をすべきなのか、世の中はどうあるべきなのか、政治の役割は、等々いろいろある立場で現状を見てみてください。

続いては学習についてです。初めてのことを習い、理解する場合は学校であることが多いでしょう。皆さんもよくよく知っている通り、初めて見聞きしたことをしっかりと煮詰め、自分のものにするのは独学以外にはあり

ません。幸い、皆さんは2年間の履修を終えました。共通テストの範囲は概ね終わっています。お願いしたいのは、この休校期間を学習不足の言い訳にして欲しくないということです。これも皆さんの知っている通り、勉強ができるかできないかは将来の可能性に目を向けて自分をコントロールできるかどうかなのです。今は、学習ツールが沢山あります。SNSの申し子である皆さんは、余計に言い訳はできませんよね。

分かりきった、簡単なことを確認させてもらいました。一日も早くいつもの旭野ライフが戻るとよいですね。

## 『パンチをチャンスに』

ふん

休校が始まった最初のうちは、ラッキー！休みだーと思っていた人も多いかもしませんが、ここまで延びると正直、不安に感じてきている人も多いのでは…。

勉強に部活に学校行事、入試など考えだしたらきりがありません。でも時間は過ぎていく。

今回の感覚は、自分自身が怪我で入院していた時に似ていると思う。手術をして、身体は元気で動きたいけど、動けないし、痛い。リハビリをしないと復活できない。ストレスがたまるので、よく食べてしまう。内臓が悪いわけではないので食事制限はない。太る。復活は遠のき、レベルも下がりが、焦る。

それを打開するのに必要なことは、復活への計画を立てる。以前より成長している自分をイメージする。規則正しい生活。時間管理。体重管理。リハビリ。専門分野の研究。一週間前との比較などをし、自分の変化に気づく。変化に気づく(成果が出る)ともっともっとやりたいという自分をつくりだすこと。

与えられた環境で、主体的に考え行動できるかが一番大事だと思う。今だからこそ、普段の自分だと気づけないこと、選択しないことにチャレンジできる。

「一生懸命だと 知恵が出る」

「中途半端だと 愚痴が出る」

「いい加減だと 言い訳ばかり」

いつかは、学校に登校できる日が来る

今からでも遅くないです。

毎日が最高の自分でいられるように！

お互いに頑張ろう！

## 僕にできることは何だっつ

N

皆さん、こんにちは。3年生の担任に無事進級できたNです。登校日に旧2年Q組の生徒に学級通信を配りました。その内容から、全体に伝えられることをピックアップして伝えていこうかと思えます。

一つ目は、ルールや環境の違いに素早く慣れていくって欲しいということです。コロナウイルスによる休校もその一つです。毎年4月には(大人になっても)環境の変化にさらされます。今までの違いを吸収し、新たな環境を整え、土台を築いていく必要があります。個人的に、そう言った力は、勉強よりも大切なことなのではないかと思っています。文句を言うことは簡単です。不平不満を言うのではなく、今自分が置かれている環境をより良いものへと変えていき、力を蓄え伸ばしていきましょう。前を向いて進んでいってほしいです。君たちなら、できる！やれる！信じています！

二つ目は、人のことを考えられるようになって欲しいということです。

皆さんは、まわりに病弱な人、妊婦、お年寄りなど、「コロナに感染したら大変な人」が近くにいるか、考えたことはありませんか？いくら若く、重症化の可能性が低い高校生といえども、慎重な行動が必要になると思います。多くの高校生が苦境に立たされていることはわかっています。自分の行動が与える影響についてまで、想像する力は多く場面面で役立ちます。是非とも身に付けていってください。(大人でもできてない人、多くて炎上しています。)

三つ目は、コミュニケーションの取り方についてです。先の二つの内容では、我慢をさせるような話になっていました。ただ、我慢ばかりは心や体に良くない部分もあります。うまく発散させるため、人とのコミュニケーションのツールとして、スマホは有効だと思えます。今、著名人が動画配信で励ましの動画を上げていたりします。学級通信では「動画ばかり見ている…」という表現がありました。これは少し訂正します。様々な人が、コミュニケーションツールを使って世の中を変えようとしています。その力を受けて、自分の力としていってください。もちろん、勉強のためのツール、知識を深めるためのツールとしても、うまく活用していてもいいです。情報の授業が始まります。Nの授業で、いろいろな活用方法も伝えていけたら…と考えています。今が予習だと思って、うまく活用してください。

最後に…学校も変化の時を迎えています。Nは学校の変化に対応するために、日々努力しているつもりです。(たまに不平不満も言っている気がありますが…)上手く発散しつつも、皆さんに笑顔を見せ、見られる環境作りを全力で取り組んでいきますので、一緒に頑張っていきましょう！

## 新入生の皆さんへ

T. K.

新入生の皆さん、元気で頑張っていますか？早く皆さんと一緒に学校で

学習したり、部活動を行ったり、学校祭などのいろいろな行事に取り組んだり、いろいろと話をしたりしたいです。でも、今はじっと我慢して感染の終息のために取り組みましょう。まだ1回も授業をしていないのに課題学習となってしまうました。授業を受けることなく、教科書などを読んで取り組んでいくことは大変かと思えます。解決できない疑問点はメモしておき、学校が再開したらぜひ質問に来てください。課題ではありませんが、読書もしてほしいと思えます。今までその習慣がなかった人も、これを機会に読書好きになってほしいなあと思えます。規則正しい生活を送り、学習や読書に取り組む、家の中で適度に体を動かし、家事などの手伝いもしっかりしながら学校再開を待っていてください。それでは、皆さんに会える日を楽しみにしています。

## 3年担任

Y. T.

高校生のウィルス感染の爆発的拡大！というニュースは未だ聞きませんが。君たちが、「人との接触をできるだけ減らせれば、感染拡大は抑えられる」ということを理解し、不便を我慢して踏ん張っているからだと思えます。

ほんとうに、よくがんばっているね。  
そんな君たちだから、こんな時期でも医療関係者はじめ社会が機能するよう働き続けている人々への感謝や、周囲の人への思いやりも忘れないと思っています。

勉強のことも気になりますが、学校HPや、文部科学省・愛知県総合教育センターのHPで紹介されているものなども活用して、学ぶことを止めずにいてください。

また教室で・授業で会える日を楽しみにしています。

## 賢く乗り越えよう

## 教頭 神谷 伸行

長い臨時休業が続いていますが、皆さんは規則正しく健康に日々を送ることができているでしょうか。特に三年生にとっては、入試を巡る様々な制度変更に加え、今回のさらなる逆風。本当に大変だと思えます。しかし、不安なのは誰しも同じ。今はじっと歯を食いしばり、できることを確実に進めることが大切です。今できることは何か？

まずは健康第一の観点から感染予防・感染拡大防止に努めることです。ひよっとしたら自分がキャリアで他の人につすかもしれない、という意識も持って、換気、手洗い、マスク着用・咳エチケット、人混みを避ける・人と距離をとる、無理をしない、などに留意して行動してください。次に学習面では、毎日予定表に基づいて計画的に課題に取り組み、解説の詳しい問題集にあたるなどして、学習を深めることです。英語の場合、まず文法基礎力の定着、そして語彙力・読解力増強を目標に頑張りましょう。ス克蘭ブル(参考書)は右ページもしっかりと読み込んで、不明な点はVision Questの参考書に立ち戻ってみる。繰り返しの学習が定着のカギです。リスニング対策は、英語科からは「TED」というサイトがおすすめです。これは様々な分野で活躍する人が英語でプレゼンをするものです。また「BBC 6 minute English」(英国放送協会(BBC)が運営するイギリス英語の学習サイト BBC Learning English)の一つで、アプリもある)は、イギリス英語が聴け、簡単なクイズや語彙の復習コーナーもあり、短しながら内容がよくまとまっています。生活面では、規則正しい生活はもちろん、大学のホームページを見るなどして自分の第一志望校での生活を思い描き、少し気分を明るくしてみてもいいでしょうか。読書や良い音楽を聴くことも心の栄養になります。時には友達とやりとりをして気を紛らわすのもよいかもしれません。長い休業中の生活を自分流に工夫してみてください。

ください。先生方もこの難局を乗り越えるため、皆さんを全力でサポートしたいと頑張っています。

このような厳しい試験の時こそ、人は鍛えられます。今、歯を食いしばって頑張ったことは、必ず将来皆さんの力になります。旭野生らしく、自信をもってこの難局を賢く乗り越えましょう。The darkest hour is before the dawn. 必ず夜明けは来ます。頑張り旭野生！