

皆さん、おはようございます。

2学期の始業式も、新型コロナウイルス感染症と熱中症予防のため、放送での実施となります。

例年より、かなり短く、また新型コロナウイルス感染症の影響で、制約の多い夏季休業でしたが、充実して過ごされたでしょうか。進学補習や部活動、体育祭の準備等で登校していた生徒も沢山いました。

さて、本日から2学期となりますが、今学期も様々な制約の中で教育活動が継続されます。皆さんも、マスクの着用、手洗い・うがいの励行や、朝晩の検温等の健康観察を継続してください。また、免疫力を高めるため、バランスの取れた食事、適度な運動や十分な睡眠も心がけてください。1学期の皆さんの学校生活の中で気がかりだったのは、昼休みの昼食の摂り方です。食事を摂るときは、対面することや会話を避けてください。つまり、他の生徒と向かい合わず、全員が黒板の方を向いて、喋らないで食べていただきたいということです。なぜかわかりますか。新型コロナウイルスは、飛沫感染や接触感染によって感染するといわれています。食事の時は、皆、マスクを外さざるを得ません。そのため、対面して喋ってしまうと、マスクなしの相手に自分の飛沫を直接飛ばすこととなります。ですから、皆同じ方向を向いて、会話をしないで食べることで感染防止になるのです。食事が終わったら、マスクをして対面して楽しくおしゃべりをすることができます。ですから、食事中は我慢してください。皆さんや皆さんの家族、周囲の方々の生命や健康を守るためです。よろしく願います。

ところで、2学期は、最も長い学期です。今年度は、さらに例年よりも1週間長くなっています。3年生にとっては、進路決定へ向けて本格的に動き出す大切な時期です。また、9月3日(木)には、体育祭も予定されています。ただし、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、今後中止になる可能性も十分あります。感染症や熱中症の防止に気を配りながら学校生活を送ることは、皆さんにとって大きな負担となっていると思います。ただし、そのような経験が皆さんの成長に繋がるとよいと考えています。「ストレスは人生のスパイス(香辛料)」という言葉があります。ハンガリー系カナダ人のハンス＝セリエという生理学者の言葉です。料理をおいしくするためには、胡椒や唐辛子等のスパイスがないと困りますが、スパイスをかけ過ぎてしまうと刺激が強すぎて食べられなくなってしまいます。つまり、あまりにも強いストレスはよくないけれども、適度なストレスは、人の成長のためにはかえて必要であるという意味です。生きていく上で、全てのストレスを避けることは不可能です。今学期は、学校行事や進路実現に向けての活動等、皆さんに多くの負担がかかると思いますが、これらの負担を乗り越えて、自分自身の成長に繋げていただきたいと考えています。無論、なかなか解決できない悩みや心配事がある場合は、一人で抱え込まず、遠慮なく先生方に相談してください。

英国の首相を務めるとともに、『第二次大戦回顧録』等の著書でノーベル文学賞を受賞した作家でもあるウィンストン＝チャーチル(Winston Churchill)は、「凧が一番高く上がるのは、風に向かっている時である。風に流されている時ではない。(Kites rise highest against the wind - not with it.)」と述べています。我々も、常に「プラス思考＝ポジティブシンキング」で、様々な困難を乗り越えながら、「ピンチをチャンスに」変え、所沢高校の「凧」を現在よりもさらに高く上げていきましょう。今学期の皆さんの活躍を大いに期待しています。以上で話を終わります。