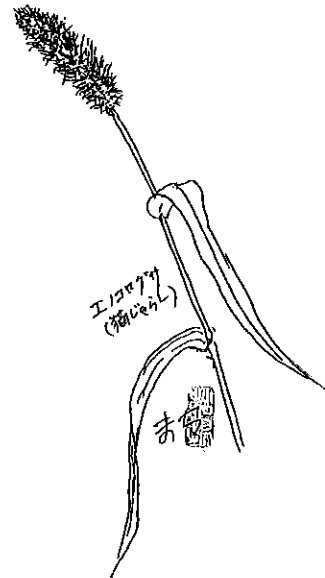


## 明日から夏休み

待ちに待った夏休み。明日から約40日間の長期休業に入ります。多くの楽しみがあり、時間的にも余裕のあるこの期間、規則正しい生活を続けるのが一つの課題でもあります。当然、部活や駅伝練習に取り組む生徒は起床時間に大きな変化はないはずですが、それでも時間があるだけに、ダラダラとした生活になりがちです。特に心配されるのがゲームやスマホに費やす時間です。最悪、課金が発生したりネットトラブルに巻き込まれたりします。家庭のルールを定め、しっかり見守り、“早寝、早起き、朝ごはん”の継続と家庭学習の取組を徹底してほしいと思います。3年生においては『夏を制する者は受験を制す』と言われます。1・2年生においても同様です。規則正しい生活をおくり“自分を制する夏休み”を目指してほしいと思います。

私はいつも「学校は生徒の安全・安心を確保し、確かな学力と人間力を育成するのが役目。ただ、教師が生徒と関わるのは僅か3年間。当然、精いっぱい見守りや指導を行うけど限界がある。しかし、親は子どもと一生関わらなければならない。最終的に親がしっかり見守って善導しなければ、後々後悔することにもなる。親は本当に大変だな。」と思いながら、生徒や親と関わっています。夏休みはどうしても学校の目が離れます。そのぶん親の関わりが授業日以上に必要なりますし、とても重要です。学校も出来るかぎり見守りますので、気になることがあれば遠慮なく学校へ連絡・相談をお願いします。長い夏休みが実りあるものになることを願っています。



## 自分との闘い

いよいよ夏休み、まずは県中総体(25日より開催)に挑む29名の生徒の活躍に期待したいと思います。何より“経験は宝”。自分の力が県でどれだけ通用するかを体感してほしいものです。また、競技だけでなく、県のトップレベルのチームの所作を見るのも良い勉強になります。今回の経験を糧とし、自分だけでなくチームのレベルアップにつなげてほしいと思います。

さて、この夏休み、とてもきつい練習が始まります。それは何か。中体連で唯一10月に実施される競技種目である駅伝です。今年もこの大会に向け朝7:30から練習を行います。今年の練習参加選手は24名(男子13名、女子11名)です。梅雨が明け、夏本番となりました。早朝とはいえ、猛暑のなかでの練習になることは間違いありません。その厳しい環境のなか、練習に臨む生徒に敬意を表したいと思います。当然、これは学校代表としての大会出場ですから、“学校のため”ということになりますが、決してそれだけではなく、最終的には“自分のため”になると確信しています。暑い中、朝早くから長距離を走る。これはかなりきつく、まさに“自分との闘い”となります。しかし、これを制すれば、確実に基礎体力と精神力が養われます。自分に負けず、学校のため、何より自分のためにしっかり頑張してほしいと思います。