

生活指導だより

令和4年3月1日
練馬区立開進第二中学校
第11号
(文責：中村 哲)



恐怖の正体



さて、いよいよ今年度最後の月に突入しました。年度が明けた4月からは、学年が変わったり、上級学校に進学したりとそれぞれの新しい生活が始まります。今のみなさんの心境はいかがですか。特に、高校1年生になる人は、義務教育も終わり、今度は自分自身で選んだ道を歩いていくこととなります。当然、新しい学校での友達関係や部活動のこと、さらに勉強や学校行事など、未知なる生活への期待と不安が複雑に入り混じっているのではないのでしょうか。期待と不安の割合はどのくらいですか。ひよっとしたら半分半分、または、不安の方が多くいるかも知れません。そこで今回、そんなみなさんの不安を【不安<期待】にするためにどうしたらよいのか、少し考えてみたいと思います。そこでみなさんに質問です。

問題：なぜ、お化け屋敷は怖いのか？

私も含め、みなさん、「お化け」は怖いですね。“お化け屋敷”という本来嫌なものに入る理由は、もちろん恐怖＝スリルを味わいたいからだと思います。何が恐怖をあおるのかと言えば、まずは、真っ暗闇または薄明かりという視覚情報が無くなってしまうということ。次に、どのタイミングで、どこからお化けが出てくるのか分からないという状況です。この2つの条件が私たちの恐怖心を一気にあおり、さらに、けたたましい音ともに、上からお化けが“ダダーン！”と登場。私たちを「ギャー！！」と言わせるわけです。

ここから言えることは、“不安や恐怖”の正体は、情報を遮断されることにあるということです。また、心の準備をしているからお化け屋敷は楽しめるわけで、本当に夜道にお化けがいきなり現れたら「ギャー！！」どころでは済まなくなります。情報不足と準備不足、つまり、これが恐怖の正体です。

2020年2月を思い浮かべてみても同じことが言えます。新型コロナウイルスの正体が分からず、ワクチンなど対応策もないまま、感染拡大と重症化する患者のニュースが日本をそして世界をパニックに陥れました。また、「トイレトペーパーがなくなる」との不確かな情報により、多くの人がトイレトペーパーを必要以上に買い占め、スーパーから全くなってしまうという事態も起きました。もし、政府や地方公共団体が発する公正な情報の下に行動し、トイレトペーパー含め、災害時に向けた日用品の備蓄を各家庭で普段から用意していれば…。ここまでのパニックになることもなかったかも知れません。

さて、新年度を迎えるみなさんにとっての「情報」そして「準備」とは何でしょう。上級学校に進む新3年生にとっての「情報」とは、無論、どんな学校がどこにあり、何を学べるのか、部活動の種類や学校行事など詳細に調べることです。実際に学校説明会や見学会、もし可能であれば体験学習など積極的に行動してみるといいでしょう。一方、準備とは、まず、自分は本当に何がやりたいのか、ちゃんと知る。そしてその思いを保護者に伝えることです。さらに、学習面の準備も絶対に欠かせないポイントです。春休み中に一度、1, 2年次の復習をやっておくのは必須と言えます。それを避けていては、いつまでたっても不安感は無くならず、受験は恐怖のままとなります。

ある実業家が「成功は準備とチャンスの交差点」と言っています。「正しい情報」を手に入れることと「準備」を万全にすることで、チャンスをものにする確率が必ず上がるはずで、それぞれが踏み出した新しいステージが素敵な日々となるよう、この3月を有効活用してみましょう。

◆学校PR動画撮影企画

先日、武蔵大学映画研究会のみなさんから、「ぜひ開進二中のPR動画を一緒に制作させてください!」とのお話が生徒会にありました。早速、生徒会担当の先生はじめ、役員の方々と2回にわたるオンライン打ち合わせが行われ、どんな内容にしていくか(動画の長さや撮影場所、撮影協力に必要な生徒の数 etc...) など話されました。エキストラの募集や撮影日時などの詳細については間もなく発表されると思いますので、興味のある方はぜひ注目しておいてください。



- *ちなみになる話・・・①動画は「学校紹介動画」として開二中のHPにアップされるそうです。
- ②4Kビデオカメラで撮られ、映像がキレイな仕上がりになるそうです。

◆一人一日〇リットル

上記タイトルは水に関することですが、〇に入る数字は何でしょう。答えは、「3」です。「政府広報オンライン」には次のように示されています。



発災後は、ライフラインが停止する可能性があります。水とカセットコンロなどの熱源は必需品です。水は、飲料水と調理用水として1人1日おおよそ3L程度必要です。水道水は、塩素による消毒効果があり、3日程度は飲料水として使えます。保存するときは、清潔な容器に口いっぱい入れ、しっかりフタをして涼しい場所に置きましょう。そのほか、ペットボトルや缶入りのお茶や清涼飲料水などもあると便利です。カセットボンベは、1人/1週間あたり約6本必要です。お湯を沸かしたり、レトルト食品を温めたり、カップ麺などを食べられます。温かい食事は身体も温まり、緊張感や不安も和らげてくれます。

※ 大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。

※ 飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておく、などの備えをしておきましょう。

また、災害時に安否確認する手段として「災害伝言ダイヤル171」というのがあります。使い方など家族みんなで確認しておくとういすね。もうすぐ東日本大震災から10年を迎えます。今一度、防災に対する意識を高めていきましょう。

◆3月の月間目標

★新しいステージを描きながら・・・

クラス・学年・全校の力で
今年度をまとめあげよう

