

光一中だより

教育目標

- 自主的に学び、考え、実行する人
- 心豊かで、ともに助け合う人
- 健康で、勤労を愛する人



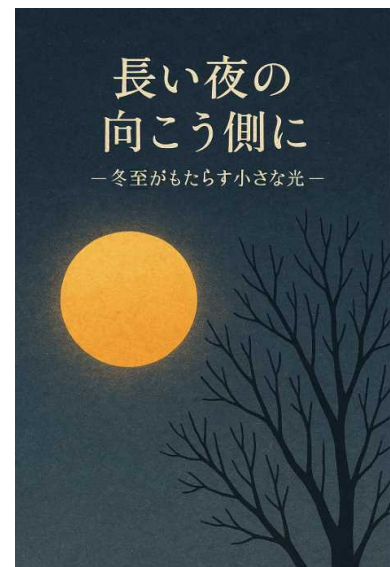
練馬区立光が丘第一中学校
校長 豊田 貴志
令和7年度 第8号
令和7年12月5日

「長い夜の向こう側に ～冬至^{とうじ}がもたらす小さな光～」

校長 豊田 貴志

一年の中で、昼がいちばん短く、夜がいちばん長くなる日を「冬至」といいます。昔の人たちは、太陽の力が弱くなっているように感じ、この日を特別な節目として大切にしてきました。同時に、冬至は「ここから太陽が戻り始める日」でもあります。暗さが深まるほど、その先にある光を強く感じられる——冬至には、そんな前向きな意味が込められています。

ゆず湯に入ったり、かぼちゃを食べたりする習慣にも、「これからも元気に過ごせますように」という願いが込められています。寒さが厳しくなる時期だからこそ、体を温め、気持ちを整える工夫をしてきたのです。



学校での皆さんの様子を見てみると、冬至のもつ「光が戻る」というイメージと重なる瞬間がいくつもあります。授業の合間の何気ない会話で笑いあう姿、誰かが困っているときに自然に手を差し伸べる姿、うまくいかないことに向きあおうとする姿——そうした小さな瞬間が、冬の冷たい空気の中でも心を明るくしてくれます。

冬は自然界が静かになる季節です。木々は葉を落とし、地面の下では次の季節に向けてゆっくりと力をためています。外側からは見えなくても、たくさんの準備が進んでいるのです。みなさんの成長も、どこかそれに似ています。目に見えて大きな変化がある日もあれば、静かに少しずつ積み重ねているだけの日もあります。けれど、その積み重ねこそが、やがて大きな力になります。

冬至は、長い夜のあとに必ず朝が来ることを思い出させてくれる日です。今うまくいっていないことがあっても、気持ちが重い日があっても、そこから少しずつ明るい方向に向かうことができます。そのためのきっかけを、自分なりに見つけられるといいですね。なお今年の冬至は12月22日（月）です。

今年一年、それぞれのペースで頑張ってきました。規則正しい生活のもと、しっかりと体調を整え、身体を大切にしながら、冬の静けさの中で、次の一步のための力を蓄えていきましょう。長い長い夜の向こう側には、必ず新しい光が待っています。

