

「夏休みに向けて」全国からメッセージが届きました

秦野高等学校 校長 神戸秀巳

皆さんにこの夏休みを元気に有益に過ごしてもらいたいと思い、全国の仲間たちに呼びかけたところ、各地から集まってきました。『できない理由を考えるより、できる方法を考える』プラス思考で、この夏を人生の「節目」（ふしめ：流れを変える大きな転機）にできるかもしれません。応援しています。

【大阪府 A 様】

8耐（8時間耐久自主勉強会）のすすめ

本校は、生徒のほとんどが進学を希望するいわゆる中堅校です。「勉強がそれほど好きではないのですが、少なくとも大学には行きたい」という生徒たちで、真面目なのが功を奏して最後に合格を勝ち取ってきます。

今春卒業したクラスが、3年生になる春休みに、「8耐（8時間耐久自主勉強会）」を始めました。その次の学年は、2年生の冬休みから始めました。文字通り毎日8時間学校で勉強します。並行して開講している講習を受けながら自分で計画を立て、とにかく8時間頑張るという試みです。マラソンに見立てて途中で給水ポイントがあり、後援会からの支援として飲み物などが準備されています。

本校は、5年前から夏休みに3日間の勉強合宿を行ってきました。高野山の宿坊やユースホテル、研修センターを会場に、5年間行ってきました。ところが、長期休みのたびに学校で3日間の「8耐」が始まり各学年が取り組むようになると、勉強合宿はお金がかかることもあり参加希望者が減ってきました。「勉強合宿の役目は終えた」と考え、今年、勇気ある撤退を決意しました。新たな取り組みの「8耐」を学校全体で盛り上げていこうと思っています。

中堅校の皆さん、まずは勉強漬けになる経験をしてみてください。勉強し続けることはかなり苦しいことですが、合格するために必要な勉強時数というものがあります。志望校によって違いますが、最低限その時数をこなさない限り合格には手が届きません。やってみてわかることはたくさんあります。「夏を征する者は受験を征す」と言います。

今年は猛暑となるようですが、お互いに頑張りましょう！

【埼玉県 B 様】

「真剣になれ、本気になれ。真剣に過ごした時間の合計があなた自身の年齢である」

この言葉に心が大きく動かされました。私はどの位真剣に生き、そして本気で取り組んできたのか。それ以来自分自身に問いかけてきました。そして生徒にも語りかけてきました。高校生活はわずか3年間、しかし人生で最も濃密な時間になる3年間です。将来を決める進路を目指し、真剣さ本気さが求められる時間でもあります。

高校生活には節目となる時間帯があります。高校入学時、3年生への切り換え時、そして3年夏休みの取組です。本校では、それらの節目の時期に特別の進路行事を組んでいます。入学して直ぐに行うスプリングセミナー、切り換えを確実にを行うための進路講演会、進路検討会、そして3年次夏休みには1日10時間学習を確実にを行う学習合宿です。節目の時にこれらの行事を計画するのは、生徒一人一人に学習課題を気づかせ、取組のスター

トを切ってもらいたいと強く願うからです。

進学を目指す全国の3年生、夏休みをどのように過ごすかが皆さんの進路をつくります。「できた」「やり通せた」との自信を皆さんに持ってもらいたい。真剣さ本気さにしっかり果実をつけるためには、夏を征することが不可欠です。夏休みをどのように過ごし、自身の限界に挑んだか。皆さん一人一人がハードルを上げた取組をしていただきたい。本校生徒会が夏休み特集号として取り組んだ「勉強十戒」を再掲します。ここには勉強に不可欠な戒めが詰められています。

勉強を進めるための十の戒め

- 一 学習の計画を立てよう。計画のない所に成功はない
- 二 精神を集中しよう。集中の度合いが理解の度合いである
- 三 無駄を省こう。戦略の第一は時間の配分にある
- 四 勉強法を工夫しよう。工夫なき勉強に能率の向上はない
- 五 自己のペースを守ろう。他を見ればスピードは落ちる
- 六 断じて途中でやめるな。中断はゼロである
- 七 成功者の言に耳を傾けよう。暗夜を照らす灯りだ
- 八 現状に対し臆病になるな。逃避は敗北である
- 九 失敗も謙虚に反省しよう。向上へのクッションがそこにある
- 十 大胆にして細心であれ。小心と粗放に勝利はない

【茨城県 C 様】

人間性をしっかり磨いて欲しい

皆さん、こんにちは。さて、進路を実現するためには、何が必要なのでしょうか。物事を成し遂げた人達を見ると、事に当たって、まず「必ずできる」と固く信じ、「何としても実現させたい」と情熱を傾け、懸命に努力を積み重ねた人達であったように思います。できないと思ったとたんに、事はなくなる。こうしたいと思っているだけでも決して事はならない。物事を始めるとき、物事に行き詰まったとき、自らにこの「必ずできる」という信念と「何としても実現させたい」という情熱を持って歩んでください。

私は、生徒の皆さんに、学力だけではなく、人間性をしっかり磨いて欲しいと思っています。ある調査によると、企業の担当者が採用試験で重視したベスト5は、①コミュニケーション能力、②主体性、③協調性、④チャレンジ精神、⑤誠実性・責任感となっています。挨拶や日常のマナーを含むこうした人間性を磨くことを決して忘れないでください。

皆さんは、2012年12月に引退し、2013年5月5日に長嶋茂雄氏と一緒に国民栄誉賞を授与された元プロ野球選手の松井秀喜氏を知っていると思います。松井秀喜氏は、小学3年生の時に父から贈られた「努力できることが才能である」という言葉を生涯大切にしており、父がその言葉を半紙に筆で書いた紙を、勉強机の前にしっかり貼り付けていつも見ていたといいます。

また、「他人の悪口を言わない」ということが松井氏の信条の一つでした。中学2年生時の家族との夕食の際、何気なく友人の悪口を言ったところ、父が箸をおいて「他人の悪口を言うような醜いことはするな。ここで二度とそんなことはしない、と約束しなさい」と注意したそうです。松井氏は「父との約束ですから、あれ以来他人の悪口を言ったことはありません」と語っています。

さらに、松井氏は、周りの人々への感謝の気持ち、リスペクトの気持ちを常に忘れませんでした。そのことは、練習後にファンからサインをねだられても断らず、取材記者への対応もたいへん丁寧であったことからわかります。松井秀喜氏の豊かな人間性は、我々も見習うところが多くあると思います。

私は、皆さんに、進路を定め、その目標に向かって懸命に努力する中で、人間性を磨いて欲しいと思っています。ぜひ人間性豊かな若者に成長してください。

皆さんには、無限の可能性と、多くのチャンスがあります。

夢に向かって、全力で挑戦してください。大いに期待しています。

【島根県 D 様】

春の来ない冬はない

今年の夏は物理的な熱さのみならず、精神的にもとても暑い夏となるでしょう。そしてあなたにとって一生に一度、忘れられない夏となります。

7月と8月に自学できる総時間を算出し、どの教科・科目にどのように割り振るのか。割り振られた教科・科目においてはどのテキストどこまで進めるのか。

苦手科目の克服に使うもよし、得意教科の伸長に使うもよし。来春の入試までに、まとまった時間を使って自学する最初で最後のチャンスです！

自身の受験に対するプロデュース能力が問われる夏です。しっかりスケジュールリングして、そのスケジュールに対する達成度合いを自分でチェックしていこう！

秋の来ない夏はなく、冬の来ない秋はない。そして“春の来ない冬はない。”

今夏がらくとも、すべては来春のあなたの笑顔のために、この夏があなたにとって実り多きものとなることを祈っています。

【新潟県 E 様】

季節と共に成長せよ

雪の降る新潟の地から、皆さんにメッセージを送ります。

毎年冬に見られる雪景色。始めはきれいですが、あまりに積もると生活に支障をきたします。そして、春が近づくと雪解けしてぬかるみが出てきます。その地面は、決してきれいなものではありません。

春はいいですね。すべてが前向きに始められる時期です。雪解けして見えてきた現実のぬかるみを1つ1つ固めていくのが、人生や学びの面白さです。あるいは、そのぬかるみの中に芽生えた新たな心を育てていくことも楽しいですね。そのぬかるみが、1つばかりでなく、いろいろと出てくるから、大変だけど人生は楽しい。

もし、楽しくないのであれば、それは常に物事を表面ばかりを見て、自分の内面を磨かずに、日々を過ごしているからかもしれません。時が過ぎれば、いつまでも同じものを楽しめるわけではありません。雪景色を楽しめる時期もあれば、春の息吹を楽しむ時期もある。夏の太陽で身も心も熱くする時期もあれば、秋の涼しさで身と心を癒す時期もある。

同じ景色ばかりを期待してはいけません。

今は夏。今年の夏も暑いでしょうか。いいじゃないですか。

限られた時間の中で、できることを精一杯、熱く熱く頑張って、今の季節を存分に生き

てください。そして、常に季節を感じながら、自分の成長を求めてください。

【秋田県 F 様】

夏休みを有意義に過ごすということ

「夏休みを有意義に過ごしましょう。」と言われます。有意義に過ごすとはどんな過ごし方でしょうか？勉強することでしょうか？部活をやることでしょうか？

夏休みをこのように過ごそうと決めて、納得のいく過ごし方をすることが有意義な過ごし方です。とすると有意義に過ごすには過ごし方の計画を立てなければなりません。さらに、その計画がうまく回っているかを常にチェックする必要があります。うまくいかなかったら修正しなければなりません。それを繰り返して夏休みが終わったときに有意義であったと思えるのが「夏休みを有意義に過ごしたこと」になります。つまり「有意義に過ごす」とは成果ではなく経過を重要視することです。そうすると夏休みの最後の一日の悲劇など絶対に訪れません。

高校生のみなさん。今年は「有意義な夏休みを過ごしてください。」そして、楽しい夏休みを。

【宮城県 G 様】

人生においてバランス感覚は、とても大切です。しかし、時にはバランスを崩して集中して物事に取り組むことが重要です。悔いの残らぬよう、やれる事やるべき事を一心不乱に実行してください。

練習はウソをつきません。やるべき事をやっても結果がともなわないことがあります。この点では、ウソをつかれることがあります。しかし、やるべき事をやらずして結果はともないません。練習はウソをつきません。

自分を信じて仲間とともに愚直に前進してください。

【宮城県 H 様】

僅差→大差

大切なのは、日々の積み重ねです。僅かな時間でもどれだけ積み重ねることができるかで、その差は大きくなります。「5分間ぐらい大したことない」と思っている人は、たいてい本番で「あと5分間あれば…」と泣き言を言います。逆に、その意味や大切さに気づける人は、ちゃんと結果を残します。

気づくのが遅ければ、取り返しがつかない場合もあります。僅かではあっても、その積み重ねを疎かにして、後で大差を引き受ける覚悟はありますか？ 受験では、1～2点の差（僅差）で、合格・不合格（大差）が決まることは普通にあるのです。

日常の取り組み（毎日の積み重ね）は、大きなことを成し遂げるための基本です。行事や部活動に置き換えても分かると思います。普段の練習の積み重ね（準備）を怠っておいで、大きな目標の達成（成功）は望めないはずです。 [武者小路実篤『もう一息』]

もう一息 もう一息と言ふ処でくたばつては 何事もものにならない
もう一息 それに打ち克つてもう一息 それにも打ち克つて もう一息
もう一息 もうだめだ それをもう一息 勝利は大変だ だがもう一息

【愛知県 I 様】

「経営の神様」と言われた松下幸之助氏が残した言葉

「世の中にぼろいことは無いのです。あると思うことが心の迷いです。」

これを現在の高校生活に当てはめてみましょう。

成績が面白いように上がる魔法のような方法は、いくら探しても存在しません。結局、日々の積み重ねが大切です。目の前の為すべき課題に、黙々と取り組みましょう。それでもうまくいかない人は・・・

「どんなに悔いても過去は変わらない。どれほど心配したところで未来もどうなるものでもない。いま、現在に最善を尽くすことである。」

これも現在の皆さんの状況にあてはめましょう。

定期考査や実力考査、模試が終わるたびに一喜一憂していても意味はありません。たとえ良い結果が出たとしても将来の保証にはなりません。何がうまくいき、何がうまくいかなかったかを日々反省して前に進みましょう。そうすれば、どんな結果が出ても、納得できるはずです。

松下氏の言葉は、高校生に向けられたものではありません。むしろ、私たち大人＝教員に向けられたものです。しかし、私たち大人も頑張っています。皆さんも、そんな大人に負けないようにしてください。

【岐阜県 J 様】

受験生の夏は人生の思い出につながる

時代はかなり前になるが、オリコンシングル第1位にも輝いたヒット曲に「青春時代」がある。その曲の歌詞の1番

卒業までの 半年で 答を出すと 言うけれど 二人が暮らした 年月を

何で計れば いいのだろう

青春時代が 夢なんて あとからほのぼの 想うもの 青春時代の 真ん中は

道に迷って いるばかり

(森田公一とトップギャラン)

受験生という場面とは、歌詞の内容は少し違うものの、若者の旅立ち前の心情を唄った歌詞であることは間違いない。

将来に対する志を胸に抱き、大学進学に夢をさせ、そして日々勉強に励む全国多くの受験生たち。おそらく、多くは悶々とした毎日を過ごしていることだろう。

過去に青春時代を送った大人たちは、同じような気持ちをどこかで経験し、冒頭の歌詞のような青春時代を回顧するのである。

この文面を読む受験生諸君。この夏、何をしようか！

私は、経験から言おう。「一生懸命、自身の満足に向かって、自身を磨くといい」

将来、ほのぼのの思い出せる青春であることを期待して、

今は一生懸命自身を磨く瞬間がいい。

【長野県 K 様】

夏休みに向けてのメッセージ

夏休みは高校生活最後の長期休みになります。勉強漬けも良いですが、もしかしたらこの休みは、大学入学前に自分の将来について考える最後のチャンスかもしれません。

例えばオープンキャンパスに行ってみましょう。3年の夏ともなってくると前回行ったときと同じ場所でも見え方が変わるでしょう。また、本当に行きたい大学だけでなく、複数の大学に行ってみましょう。人間は比較しないと本当の良さは見えてきません。志望校に行っただけでは志望校の良さも悪さもわかりません。

全国の他の受験生は、この夏休みに勉強をするでしょう。しかし、勉強は夏休み明けでもできます。一方、オープンキャンパスはこの夏休みにしか行けません。

みなさんはこの休みを、あと半年勉強を続けるためのエネルギーを蓄える時間にしてください。受験本番は半年先です。その前に模試がたくさんありますが、模試の結果は入試には一切関係ありません。半年後から逆算して計画を立てましょう。その上で、この夏休みはいろいろな経験をしてください。そして、夏休みが明けたら、遅れを取り戻すべく勉強しましょう。焦ってがむしゃらに勉強を始めた人ではなく、計画を立てて勉強した人が勝ちます。

最後に、計画を立てる際のポイントを一つ。

できれば休み中に志望大学、志望学部の合格最低点を調べてみましょう。年によってほとんど変わらないことがわかると思います。その点数をとれるような計画を立てて勉強するのはです。問題が変わろうが、受験生が変わろうが、倍率が変わろうが、合格最低点はほとんど変わりません。

受験は他の受験生との勝負でもあるのですが、最後は自分との勝負です。自分に負けなように頑張ってください。有意義な夏休みとなることを、長野県から願っています。

追伸：最後の最後は実は体力勝負です。体力を付けましょう。

【宮城県 L 様】

◆メッセージ1

物は、奪い合えばいくらあっても不足する。しかし、分かち合えばいきなり、譲り合えば余りある。有事の際にこそ、人間性が現れるものです。

生徒諸君には、有事の際にも分かち合える、譲り合える寛大な人間になって欲しいと願っています。物は、奪い合えば不足する。しかし、分かち合えばいきなり、譲り合えば余りある。自分なりに解釈し、自分のものとして下さい。

また、震災から生き残った私たち、生徒・先生方、ここに集うすべての者には、それぞれの立場でふるさとの復興に関わり、よりよい社会を築いていく使命があります。

高校卒業後、社会人として、それぞれの職業を通して、どのように携わっていくのかをこの機に考えてみて下さい。

◆メッセージ2

「クレド」とは、ラテン語で志・信条・約束を意味する言葉です。リッツ・カールトンホテル企業理念「ゴールドスタンダード」等、昨今のマネジメントにおいては「経営理念」を表わす言葉として定着していますが、昨今のマネジメントにおいては「経営理念」を表わす言葉として定着していますが、私がこの単語に出会ったのは三十歳になった頃でした。以来、その時々思いついたこと、見聞した言葉を自身の思考・行動規範として一冊の手帳に記すようになり、現在に至っています。

「出来ません」より、「やってみます。」「やって駄目なことは誰かが教えてくれるが、

やって良いことは誰も教えてはくれない。」「変えてはならないことを守る英知と、変えるべきことを変える勇気を持つ。」「努力する者は夢を語り、怠ける者は不満を口にする。」「今日の自分は、明日の敵（ライバル）。」・・・等々

これらにより、様々な場面で悩むことはあれども、迷うことなく職務に当たることができます。一方で、「十代・二十代にこの視点に立っていれば、人生が大きく変わっていたであろう！」と強く感じています。

【北海道 M 様】

浴びるように学べ、されば実らん

情報は溢れ、経験し学ぶべき事象は多種多様、膨大です。

この夏、躊躇することなく、浴びるように学んでください。

広がる世界、つながる未来を前に、無駄なことは一つもありません。

【広島県 N 様】

ひたぶる青春！ ひたぶる高3の夏！

全国の高校3年生の皆さん、熱い、暑い夏がやってきました。

しっかり汗を流してください。「汗を流す」というのは、勿論比喩的な意味もあります。

「汗」にまみれ、時には「涙」にくれ、もがきながら取り組んでください。

やっている本人にとっては、少しもかっこよく感じられない、そういう日々を是非過ごしてほしいのです。

「ひたぶる」とは、「いちずである」「ひたすらである」「むやみである」という古語です。不格好であっても気にせず、誰がどう思おうと知ったことではない、余計な計算もせず、ただ一心にやり続ける……それが、実は、眩しい「青春」です。

むせ返るような夏の樹々の茂みは、皆さんの「若さ」「ひたむきさ」と重なって見えます。旺盛な夏の活動、繁茂が、来るべき冬の備えに、そして春の開花を約束してくれます。どれだけ「汗」をかいたのか。それが、あなたのこの夏を決めます。

【愛知県 O 様】

「チーム〇〇」を目指して

今年も間もなく夏休みが始まります。1・2年生にとっては学習、部活動などで一段上の力をつけるために、受験生にとっては進路希望実現を達成するために必要不可欠な40日間です。

日頃、時間割という決められた時間の中で決められた場所で決められた相手から教わっている人がほとんどではないでしょうか？夏休みは40日間で達成すべき課題・目標を自分で定め、こなしていく内容・時間・場所も自分で考えなければなりません。こうした力は数年後、社会人として求められるものです。是非、有意義な時間を過ごせるように工夫しましょう。

さて、受験生は夏休みの過ごし方如何によって進路目標達成するかどうか大きく変化されると言われています。よく「受験は団体戦」と言われます。この夏を乗り切るためにはチ

ームプレーが欠かせません。「チーム学校」「チーム1組」といった大きな枠組みだけでなく、例えば同じ部活動の仲間が集まって「チーム〇高サッカー部」・経済学志望の仲間が集まって「チーム経済学部」など小さな枠組みでもチームを作ることによって同じ課題・志を持った仲間を得ることができます。同じ志の同級生は合格を争うライバルであると同時に、一緒に学ぶ仲間になる可能性を秘めています。その意識を持って自分たちを高める「チーム〇〇」をこの夏結成してください。約半年後に迫ったセンター試験・一般入試に向け、大きな力となるはずです。共に頑張りましょう。

【島根県 P 様】

今年、弓道部女子が5年ぶりにインターハイの舞台に立ちます。本当に素晴らしいことですが、普段の練習の姿を見ていると当然のことのようにも思えます。その姿は「正射必中」の考えのもとに、「日本一を目指す情熱」、「こだわり抜いた練習の実行」、「あきらめず継続する姿」がそこにあるからです。この「正射必中」という概念は、「正しく射れば必ず中る」つまり「正しい方法で行えば、結果は必ず付いてくる」という考え方です。ゴディバジャパンの代表取締役社長ジェローム・シュシャン氏もこの考えを持ち、5年間で売り上げを2倍にしたという話は有名です。

受験を前にしたこの夏を頑張りたいと思っているみなさん。この心構えを受験に置き換えてみてください。

◆「正射必中」～「的に当てる」のではなく「的に当たる」という考え方～

「うまくいかない」「成績が伸びない」とすぐに結果を求めないこと。何事もすぐに結果がでるものではありませんから、目先の結果を求めてテクニックに走らないこと。大切なのは本当の力、今は基礎基本の徹底です。

・「日本一を目指す情熱」

目標を下げればそこまでしか結果はついてきません。今の目標を必ず達成するという気持ちを持ち続けることです。その思いをつなぐためには、今は何をすべきか逆算して計画をたてること。不安なことは面談で確認、教科の事は教科面談も利用してください。

・「こだわり抜いた練習の実行」

入試当日は何が起きるか分かりません。それでも普段通りの力を出すことができるためには、それまでにできる限りの準備がしてあるかどうか。やりきったと言えるだけの努力は自信につながります。

・「あきらめず継続する姿」

模試結果などに一喜一憂せず、良くない結果も弱点が見つかったとプラスに捉えること。これからも辛く、苦しいときもあると思いますが、まわりには仲間がいます。これをすでに実践している弓道部の仲間もここにはいるのですから。

高校3年生のこの夏は一度しかありません。弓道部のインターハイでの姿、みなさんの受験生としての姿を輝かせてください。