

一年学年だより

No. 10【1月号】

令和7年1月8日発行

私の好きな詩

【一秒の言葉】 小泉 吉宏

「はじめまして」 この一秒ほどの言葉に、一生のときめきを感じることもある。
「ありがとう」 この一秒ほどの言葉に、人のやさしさを知ることがある。
「がんばって」 この一秒ほどの言葉に、勇気がよみがえってくることもある。
「おめでとう」 この一秒ほどの言葉に、幸せにあふれることがある。
「ごめんなさい」 この一秒ほどの言葉に、人の弱さを見ることもある。
「さようなら」 この一秒ほどの言葉が、一生の別れになるときがある。
一秒に喜び、一秒に泣く。
一生懸命、一秒。

私は普段から「ありがとう」という言葉を大切にしています。私は母親の胎内で流産をしかけ、生まれてからも病気を繰り返すなど、両親は何度も私の死を覚悟することがあったそうです。しかし今、私は元気いっぱい生きていくことができます。支えてくれているすべての人に感謝。その気持ちを伝えたくて、「ありがとう」を大切にしていこうと決めました。もちろん、照れくさくて言えなかったり、とっさにでなかったりするときもあります。そんなときは、寝る前の「ありがとう」作戦！ その日あったことを思い出しながら「ありがとう」を10回唱えます。皆さんも試してみませんか？

言葉には大きな力があります。それがたった一秒の言葉でも。たった数文字の言葉でも。そして、それらの言葉にどんな思いを込めて発すのかは、私たち自身にかかっています。ほんの一秒でもできる挨拶や言葉かけ。皆さんはほんのわずか一秒の時間で、何を大切な家族や友人に伝えていきますか？

今日から始めてみてください。心の底から素直に言いましょう。【一秒の言葉】を。

(108HR担任)

人生はマラソンド

セントラルマラソンに向けての練習が始まった頃、クラスで「マラソンが嫌いな人」と聞いたところ、ほとんどの生徒が挙手をした。そのとき、自分が愛媛マラソンに取り組んでいた10数年前の話をしたのだが、その当時の愛媛マラソンは制限時間がきびしく、結局4回チャレンジして一度も完走できない、という挫折を味わった。特に最後の年は、自分なりに練習量を増やして頑張ったつもりだけなのに、最終関門の100m手前で係員が両手で×印を作ったのが見えたときは、心に大きな穴が空いたようだった。その年に南予の学校へ異動し、テニス部の部活動や練習試合で忙しくなり、そのままマラソン練習から遠ざかってしまった。そして、もちろん大会に出ることもなくなった。

それから3年後、愛媛マラソンは誰もが参加できる市民マラソンに姿を変え、参加者が1万人を突破、抽選倍率が3倍超え！という、完走するより出場する方が難しい大会へと大変身した。中央高校のすぐ裏手の土手道を走る市民ランナーを見ると、昔の自分を思い出す。中央公園から坊っちゃん劇場までの土手沿いのコースは、景色もよく好きな練習コースの一つだった。疲れてへろへろになってゴールの中央公園を目指す中、中央高校が見えると「ああ、ゴールはもうすぐだ」と最後の力を振り絞ったものだった。

なぜ苦しいだけのマラソンに、大勢の市民ランナーがチャレンジするのだろうか？ 中学や高校のころは、3kmや5kmの距離だって苦痛だったのに、なぜ42kmも走るのだろうか？ 困難を乗り越えたときの達成感がもたらす快感、まだ多くの生徒諸君の遺伝子は眠ったままだ。

(108HR副担任)