



# 北中だより



<http://nk-kitanaka-j.la.coocan.jp/>

中野区立北中野中学校

## ★生徒会主催講演会はどうでしたか？

校長 津村 慶

1月14日(火)の5・6校時に、生徒会主催講演会として「賢者の書」や「手紙屋」など数々のベストセラー作品をもつ作家の喜多川泰さんにお越しいただきました。「勇気をもって未来を切り拓こう～あなたには無限の可能性がある～」と題した約1時間の講演を聞いて、皆さんは何を感じましたか。講演の内容をもう一度振り返ってみましょう。



### 「自分の人生をより良いものにするための責任は誰にあるのか？」

今、僕の話をごにこにいる全員が聞いている。だけど、その話を聞いて自分の役にたったという人と、役にたたなかったという人がいるとしたら、その違いは誰の責任なのか。たぶんそれは、僕の話の責任ではなくて、その話を君たちがどう受け取って、どう生かしていくかに関わっている。皆の周りにたくさんあるチャンスを生かすか生かさないかは君たち次第です。

### 「皆の中には無限の可能性はある。けれど、それを開花させるのは親でも学校でも社会でもなく、自分なのだという覚悟をもってほしい。誰かほかの人がやってくれるわけではない。」

僕は小さい頃に野球が好きで、将来はプロ野球選手になりたいと思っていた。でもようやく試合に出してもらえるとと思った6年生の試合では5年生の子が選ばれて、僕は3塁コーチで終わった。その時、小学6年生ながらに「野球は自分には向いていないんじゃないのかな」と思った。僕には無限の可能性があるとて言われて育ってきたけど、どうやらそれは野球の可能性ではないような気がするって思ってしまった。これまでにそういう挫折を経験していない人は、今の夢にむかって突き進んでほしい。もしも同じような経験がある人は、何なのかわからない自分の中に眠っている可能性…それを見つけ出して、その可能性を開花させるのは誰もやってくれない。それは自分でやるしかない。自分の責任です。どうやってそれを開花させていくのかは、いろいろ動いて行動していくしかない。何かに挑戦しないといけない。今いる場所にずっとじっとしていて、何かが開くわけではない。

### 「いろんなことができるのに、与えられた環境の中でじっとして『私って伸びないのかな』とか『僕には才能がないのかな』と思っているとしたら、それはものすごく勿体ないこと。」

世界で一番硬いマカダミアナッツはハンマーでも殻が割れないのに、ちゃんと芽が出る。3週間くらい水に浸けておけば、外側の殻がふやけて中から芽が出てくる。でも同じようなことを別の種でやったら、種が腐ってしまうものもある。一つ一つの種には、ちゃんと自分で芽を出して大きな木になっていく力があるけれど、発芽する環境はみんな違う。これは皆の教室でも同じかもしれない。教室には35人の生徒がいて35種類の種がある。その種は発芽する環境がみんな違って、どういう条件で芽が出るかは一人ひとり異なる。でも用意できる環境は教室という1つしかない。だから教室ではできる限りたくさんの芽が出やすいような環境にしておこうとなっている。けれど、特殊な種の場合はなかなか芽が出にくい。もしも自分が、教室では芽が出ない特殊な種だと思ったら「教室が悪い」とか「自分には能力がない」と思わないほうがいい。そんなふうに考えずに動くこと。家庭の中に自分の芽が出る環境をつくることのできるかもしれないし、本を読んで「この人面白そうだ」と思ったらその人に会いに行くことだってできるから。 【裏面につづく】



**「やる気が出ないというのは夢や目標がないからではない。夢や目標はなくても行動を起こすことが大切。行動するとやる気が出てくる。やる気になったら、夢や目標は自然とできてくる。」**

「やる気が出ないんです」と大人に相談すると「夢がないから無気力なんだよ」とよく言われる。やる気というのは、もっと面白そうな他のものには勝てない。だから、夢や目標があるけど行動できないというのはよくあること。人間の脳には「作業興奮」と呼ばれる性質があって、何かを始めると、それを止めたくないという気持ちが脳の中に生まれてくる。例えば、家に帰ってやる気もなく、いざ勉強を始めたらだんだんやる気になってくるっていう経験はないですか。部活動の練習で外を走らなければならない時、最初は嫌々走っていたのに、そのうちに段々本気になっていくことってあるでしょう。始めは乗り気じゃなかったことも、動き始めるとなんとなくやる気になってくる。そこから「もっとやっておきたいな」って気持ちが生まれて、そのうち「どうせやるなら…」って気持ちに変わっていく。この「どうせやるなら」って思うポイントがすごく大事で、それが目標になる。

**「自分の中にある『できるだけ無駄なことはしたくない』という価値観を捨ててほしい。」**

**「大切なのは『成長できるなら、何だってやってみよう』と自分自身で思える人になること。」**

皆の心の中には天秤が必ず存在する。天秤には片方に欲しいもの、もう片方にはそれを手に入れるために必要な努力が乗っている。その天秤が釣り合った時に人は行動を起こして、欲しいものを手に入れる。けれど、何かを手に入れたいと思ったときに、それに必要な努力があまりにも大きかったら、行動なんてしない。やる気の出ない人が心の中で思っていることは「無駄なことはしたくない」、「意味のあることだけしたい」という考え方。「無駄なことはしたくない」と思う人は心の中の天秤で「これが手に入るなら、これぐらいは頑張れるかな」といつも考えている。そして、この心の天秤があるせいで、皆さんの価値観の中に「これを手に入れるために一番少ない労力で、一番早い道で、一番楽に手に入れたい」という思いが生まれている。そういうふうで考えるのが「賢さ」だと大人も子どもも思い込んでいるかもしれない。よく皆さんは「先生、これはテストに出ますか？」って聞くよね。「何が出ますか？」や「これは意味がありますか？」っていう質問は、必要なことしかしたくないっていう考え方からくるもので、そう考える人は段々と無気力になっていく。それは何故か。無駄なことはやりたくない、必要最小限の努力で成果を挙げたいと思う人は「それって、やって何か意味あるの？」って言われると、意味がないような気がしてしまう。「他にもっと良いやり方があるのかも」って思ってしまう。そう思った瞬間に、自分のやっていることが馬鹿みたいに感じてきて、他のやり方のほうが良さそうな気がして手を止めてしまう。そうやって段々と無気力になっていく。だから「できるだけ少ない努力で多くのものを手に入れたい」という価値観を捨てて「昨日よりも少しでも成長できるなら、何だってやってみよう」という気持ちをもつことが大切なんです。

**「本当に大切なのは『何になりたいのか』ではなく『どんな人になりたいのか』ということ。」**

「何が欲しいか」や「何になりたいか」よりも「どんな人でいたいか」を大切にしたい方がいい。皆さんがこの先、社会に出た時に一番はじめにやる仕事は、どんな仕事に就いたとしても「誰にでもできる仕事」です。それは、誰にでもできる仕事で、誰がやったのかが一番わかる仕事だからです。なぜか。誰にでもできる仕事は「性格によって行われる」からです。つまり「どんな人でいたいか」がその仕事に現れる。1週間はすごく丁寧にやるけど3カ月経つと少しずつ雑になってくる人がいる。一方で同じことを3年間やっても手を抜かない人がいる。その違いがどこから生まれるかということ、それは技術力の差ではなくて「どんな人でいたいか」という思いがないとできない。つまり「志」がないとできない。誰でもできる仕事ほど、誰がやったかで差がつくものはない。だからどんな仕事でも一番最初は誰にでもできる仕事をやらされる。ところが、誰にでもできる仕事を誰にもできないレベルまでやる人がいる。それこそが「自分にしかできない何か」をもっているってことになる。誰にでもできることを誰にもできないところまでやったときのその領域のことを「自分にしかできない何か」と呼ぶんです。そしてそれを誰にもできないところまで続けた人がその分野の一流と呼ばれる人になる。つまり皆さんは、どの分野であっても必ず一流にはなれる。なれるけれど、一流になるためには「自分が何に向いているのか」と探さない方がいい。「どんな人でいたいか」「私はこういう人でありたい」と常に考える人は、必ずどの分野に行っても一流になることができる。



## 女子バレー部がフロ・チームと試合をしました!!



新年早々の1月4日(土)、女子バレーボール部が中野総合体育館で行われたVリーグ公式戦、東京サンビームスと信州ブリリアントアリーズの試合を観戦し、試合後に東京サンビームスとのエキシビジョン・マッチを行いました。プロ選手のサーブやスパイクは速さとキレがあり、普段の練習では経験できないもので、とても貴重な体験になったと思います。最後には選手たちと記念撮影をして記念品ももらい、年始から良い思い出ができました。



## ラグビー部、吹奏楽部、野球部がそろって大活躍!!

1月12日(日)、町田市の玉川学園大学グラウンドにて東京都中学校ラグビー新人大会が行われ北中野中、中村中、日大二中、武蔵野五中、三鷹中等教育学校の連合チームが参加しました。1・2年生の新チームになってから初めての交流大会でしたが、北中は2年生のO・Kさんが試合に出場しました。相手は学習院大学中等部でしたが、試合開始直後、タックルしてこぼれたボールを拾って先制のトライ。その後も反撃に出る相手チームにプレッシャーをかけて、反則を誘って攻撃に転じる積極的な攻めを見せ、最終的には31-20で勝利しました。また1月19日には府中二中と対戦して45-7で圧勝。この試合は1年生のH・Sさんも出場し、タックルでチームに貢献しました。コーチである元北中保護者のYさんや連合各校の顧問の先生方も、生徒たちの連携プレーを褒めてくださっていました。

同日、武蔵野音楽大学ベトーヴェンホールで開催された東京都中学校アンサンブルコンテストでは、吹奏楽部のメンバー(S・Yさん、I・Sさん、Y・Sさん、O・Mさん、K・Rさん、U・Rさん、U・Mさん、Y・Rさん)が管楽八重奏で出場しました。「テルプシコーレ舞曲集」から3曲を演奏して見事金賞を受賞し、2月2日に行われる東京都大会に出場することが決定しました。今回のコンテストには都内の中学校から402団体が出場しており、都大会には金賞を受賞した22団体が選出されています。8名の皆さん、おめでとうございます。また当日は楽器運搬等のお手伝いに来た吹奏楽部員、そして保護者の皆様も応援に駆けつけてくださいました。ありがとうございました。都大会でもさらに磨きのかかった素晴らしい演奏を期待しています。

また1月13日(月)に北中野中で行われた野球部の交流大会YJC大会では、北中野球部の打線が爆発し、開進三中に10-0の3回コールド、東大和二中に14-1の3回コールドで勝利しました。約30校が参加して2月末まで行われる大会の初戦ですが、顧問の先生も大満足の表情でした。



