



青き楓

島高だより
平成30年11月号
(通巻第152号)

長崎県立島原高等学校
編集：研修広報部

校長室から

努力と習慣そして継続

校長 渡邊 孝経

この秋、素晴らしい本に出会った。佐々木典士氏の「僕たちは習慣で、できている」である。よく天才や偉人は、自分のことを「普通です」とか「才能はありません」とか「凡人です」と言う。それは本人の「謙遜」であって、そんなわけないだろうと思っていたが、この本を読んでなんとなく理解できた。

イチロー選手は子どもの頃から誰よりも練習していて、小学校6年生の時の作文にすでに「365日中360日は、激しい練習をしています」と書いていると指摘し、その一方で、メジャーリーグで活躍中の今も他の選手以上に練習するが、いつも「努力はしていない」と言っていることを例に挙げている。また、村上春樹氏が「僕は好きなことを好きなようにやっているだけなんです。ストイックとかそういうものでもない。たいたしたことはないんです」と言ったことを紹介している。

「イチローは努力していない?」「村上春樹の努力は大したことない?」

生徒諸君はこの二人について、どう思うだろうか?

私はこう考える。何事も毎日続けることによって、習慣化してしまえば、他人から見れば凄まじい努力をしているように見えても、本人にとっては普通のことになってしまっているのだろう。要は努力を習慣化して、その習慣の継続が才能を作り上げているのだとも述べられているが私もそう思う。

また、佐々木典士氏は同書の中で、習慣化するためのポイントとして、

「自分で選んだ、やりたいことをするのに必要な忍耐が『努力』。

自分で選んでおらず、やりたくもないことをさせられる忍耐が『我慢』。

習慣が続くのは、それが自分で選んだ行動だからだ。『好きなことなら続く』と言われるのは、たとえそこにどんな苦しみがあっても、自分で納得して選んでいるからだ。

そして、『毎日する』これは習慣のステップの中でも奥義の1つだと思う。

『毎日する』ということさえ決まっていれば、今日それをすべきかどうか悩むことも決断することもない。

また、「例外をつくらない(「今日は〇〇だからやめよう」とか)こともポイントである。」とも述べている。

努力を続けることは大変だが、習慣としてしまえば、続くということであろう。

ところで、先日、川棚高校(校長 大隈重之氏)にお邪魔した。塵一つなく、整理整頓された綺麗な武道館に剣道部顧問の濱口嘉洋先生のご指導と剣道部員が真摯に部活動に向き合っていることが伺い知れ、身が引き締まる思いであった。その武道館に「雨垂れ石を穿つ」という言葉が掲げてあった。これは、小さな水滴でも年月をかければ、石を穿つくらい凄い力になる。ということだ。これも「継続は力」ということであろう。

ここまで言えば、島高の生徒諸君は理解したと思うが、君たちが習慣にしなければならぬこと、それは日々の「家庭学習〇時間」である。習慣にすれば続く。その継続が才能を開花することに繋がるのである。

しかし習慣化で最も難しいことはなにか、それは始めることだ。

親鸞聖人の読んだ和歌にある、「明日ありと思う心の仇桜 夜半に嵐の吹かぬものは」と。

さあ、生徒諸君、「明日からではなく、今日から始めよう」

島高青楓塾

教務部

本校の卒業生で、社会の第一線で活躍されている先輩方を講師に招く講演会「島高青楓塾」が11月14日(水)に行われました。

◆講師紹介

馬場 昭文 氏(本校第31回生)

Topcon Healthcare Solutions(本社ニュージャージー)社長

◆演題 「プロフェッショナルという職業」

今年度は、世界の第一線で活躍されている31回生の馬場様をお招きし、講演をいただきました。その内容は、グローバルに通用するプロフェッショナルになるためには、リベラルアーツが必要であり、人付き合いを基本とした信用や人間力が重要であるということでした。また、教養を身につけるためには無駄な勉強はなく、学校での学びを大切にすべきというお話もされ、日頃の学校生活を振り返る、とても良いきっかけとなったと思います。質疑応答では、多くの生徒達が積極的に質問しました。今後の人生に大変参考になったものと思います。



◆生徒感想より

■自分の国についてよく知り、海外に行ったとき、海外の人に伝えることができるようにしておきたいです(1年男子)

■今すべきことは、専門性を磨きつつ一般教養を身につけて、人付き合いをしっかりするということだとわかった(2年女子)

■講演中の外国の友人との会話を聞いていると、授業で使う単語帳で勉強した単語ばかりでした。将来のためにも苦手な英語をがんばりたいと思いました(3年女子)

授業公開

研修広報部

第2回の相互授業参観が11月5日(月)から16日(金)の期間で行われました。各先生が自分の教科と他の教科を参観し、研修を行いました。13日(火)と14日(水)には市内の小中学校や半島内の高校にも案内を出し、外部の方にも授業を公開しました。

【参観者感想より】

・昨年参観させていただいたときよりも、IT機器(PC、プロジェクター等)が使われた授業が多くなっていて、先生方の工夫を感じました。

12月の主な行事予定

1日(土) 土曜講座(3年)	21日(金) 2学期終業式・大掃除
GTEC(2年)	22日(土) 冬季補習(3年)
3日(月) 3年三者面談(~14日)	24日(月) 冬季補習(全学年)
4日(火) 2年修学旅行(~7日)	(~27日) ※早朝補習なし
8日(土) 土曜講座(1・3年)	27日(木) 3年年末センタープレテスト(~28日)
1年小論文模試	
10日(月) 歳末助け合い募金(~14日 校内)	※3年生: 1/4(金)・5(土) 年始プレテスト
歳末助け合い募金(~11日 街頭)	1/6(日)・7(月) 冬季補習
※ウィルビー、エレナ(北門)	1・2年生: 1/6(日)・7(日) 冬季補習
15日(土) 県下一斉実力テスト(1・2年)	1月8日(火) 3学期始業式
3年センター試験プレテスト(~16日)	

◆主な部活動実績等◆

剣道部

平成30年度長崎県高等学校中地区新人体育大会

男子	団体	優勝		
女子	団体	優勝		
女子	個人	優勝	岩本 瑚子	
		2位	峯松 加奈	
		3位	山口 菜々美	

弓道部

平成30年度長崎県高等学校新人体育大会

男子団体 2位

第26回九州高等学校弓道新人選手権大会

男子団体 3位

第60回全九州小浜観光弓道大会

高校生以下の部	団体優勝	島原高校 B
高校生以下の部	個人3位	平 遼太郎

平成30年度長崎県高等学校中地区新人体育大会

第27回弓道競技大会

男子団体の部	優勝	島原高校 A
男子個人の部	第3位	菅藤 舜平
女子個人の部	第6位	溝田 万結

男子テニス部

平成30年度長崎県高等学校新人体育大会

男子団体 2位

平成30年度長崎県高等学校中地区新人体育大会

3位 島田 駿斗・長田 直樹 組

ソフトテニス部

平成30年度長崎県高等学校ソフトテニス競技

団体選抜大会

準優勝

佐世保市テニス協会主催サマーカップ

1位トーナメント 準優勝

陸上部

平成30年度(第70回)

長崎県高等学校総合体育大会駅伝競走大会

男子 23位
女子 19位

放送部

平成30年度長崎県高等学校総合文化祭
第40回九州放送コンテスト県央地区大会

朗読部門	優秀賞	小川 真由
アナウンス部門	優良賞	島崎 希生

合唱部

第73回九州合唱コンクール長崎県予選
銀賞

長崎県高等学校音楽コンクール

声楽部門	
銀賞	片山 晴香 柴田 龍平
銅賞	荒木 耀平 高木 空也 森本 文哉 大場 梓恵 中尾 瑞穂 入江 美夢 長谷川 拓弥

文芸部

平成30年度長崎県高等学校総合文化祭
演劇部門県央地区大会

創作脚本賞

理学部

化学まつり2018

材料化学教育賞

理数科

第20回中国四国九州地区理数科高等学校
課題研究発表大会

ポスター発表の部	優良賞
生物分野「光合成細菌が地球を救う」	

美術部

平成30年度長崎県高等学校総合文化祭
美術部門 優良賞 大町紗玖良



家庭科主任
松尾 恭子

1年生家庭科の「妊婦・乳幼児ふれあい体験」が全クラス無事に終了しました。全6回の活動に、102名の乳幼児親子が参加してくださいました。妊婦体験では、陣痛の仕組みや出産、命の大切さについて、助産師佐藤信子さんのお話を聞きました。また、お母さんたちがボランティアでお手伝いをしてくださいました。ありがとうございました。

生徒感想より

○妊婦体験を通して、男性は子育てをする上で、女性を「手伝う」のではなく、「一緒にする」ことを忘れてはいけないと思いました。頼まれるのを待つのではなく、自分から積極的にすることがとても重要だと思ったので、子どもができた時には、このことを意識したいです。同時に「命の尊さ、温かさ」を実感できた時間でした。親からもらった「命」を大切に生きていきたいです。(男子)

○いちばん最初の大きさを見た時、こんなに小さなものが新しい命だなんて信じられませんでした。私は、妊婦体験をするのが初めてで、予想より10倍くらい重くてびっくりしました。赤ちゃんを産むことはとても幸せなことだけど、その分大変なこともたくさんあると感じました。そして、妊婦体験を通して両親への感謝の思いが強まりました。こんなに苦労してここまで育ててくれたことは、当たり前のことではなく、本当に幸せなことだと実感しました。私も子どもができたら、大事に丁寧に育てて、たくさん愛してあげたいです。(女子)

○赤ちゃんは、可愛かったです。出産も大変だけど、子育ても大変らしく「一難去って、また一難じゃないか!」と思ったけど、赤ちゃんの笑顔を見ると大変なことも吹っ飛ばなと感じました。自分も赤ちゃんの頃、母さんに大変な思いをさせていたのだと思い、これからは母さんの手伝いをしていきたいと思います。(男子)

○私は今まで、赤ちゃんとおふれ合ったことがありませんでした。名前の由来を聞いた時、たった2文字に多くの思いが込められていることを知りました。だっこをしたら、泣かれてとても大変でした。初めてオムツを替えてみて、とても手こずりました。他の人がおんぶしている時もあやすのが難しかったです。短時間で、子育ての大変さがよくわかりました。しかし、お母さんたちを見てると、とても幸せそうでした。子育ての様子を詳しく聞かせてくださり、多くのことを学べました。(女子)



部活動生支援学習会

生徒会指導部

11月20日(火)～22日(木)の3日間、「支援学習会」が行われました。この学習会は学習習慣の定着や、日頃の学習の弱点克服を目指して、1年生の体育部活動所属生徒を対象に年2回行われるものです。今回の学習会には、男女合わせ33名の生徒が参加しました。

生徒達は部活動後、秋岳館や青楓寮に宿泊し、「国語」、「数学」、「英語」を中心に学習に取り組みました。また1年生の先生には質問対応をしていただき、日頃の疑問点や分からないところを熱心に質問する生徒の姿も見られました。

最終日の閉講式では、どの生徒の表情にも、集中して学習に取り組んだ充実感や達成感が見られました。今回の学習会で培ったものを生かし、校是である「文武両道」の実現のために、日頃の学習習慣の定着や期末考査に向けての取り組みをぜひ続けて欲しいと思います。