



## 「今しかできないこと」「自分にしかできないこと」

皆さんにとって、高校生活最後の夏休みが終わりました。「殺人的な…」と言われるほどの記録的な猛暑の中、自分自身と向き合い、自分を高めるために努力をしたことと思います。

この夏、テレビや新聞等であらゆるニュースを目にしました。9回裏の最後まで諦めず白球を追う高校球児の姿、一人の命を助けるために遠距離からかけつけたボランティアの尾島春夫さんの姿、戦後73年経った現在でも「平和」の大切さを次世代に繋げようとする戦争体験者の方々の姿…。今できることに最大限の力を注ぐ、あらゆる方々の姿から、私自身も励まされた夏となりました。

私はこの夏、一人の音楽家について知ることが出来ました。かつては東京のプロのオーケストラで打楽器奏者として活躍していた男性です。数年前にALSという全身の筋肉が衰え体の自由がきかなくなるという難病をかかりました。「音楽」という表現手段をなくし絶望的になっていた時に、ある人との出会いが彼に希望を与えたのです。作業療法士の方がコンピュータと木琴を組み合わせ、腕をサポートする器具を使いながら演奏できる装置を作ったのです。彼の中に「音楽」をする喜びが戻り、現在76才ですが、ヴァイオリニストの奥様と共に演奏活動を続けていらっしゃいます。NHKのインタビューの中で「ALSという病気は誤解されていて、まるで何をすることもできなくなると思われる。サポートしてもらう必要はあるが、自分がやりたいことを諦めなければ実現できる。患者である自分がそれを示す使命もある」と話していました。難病を患いながらも、今自分に出来る身体機能を最大限に使い、自分らしく力強く生きていく姿に感銘を受けました。

さて、皆さんは受験に向けて、本格的な準備を始めたことと思います。この夏休みに、不安や迷いを感じながらも、自分の夢を実現させるために努力を重ねている様子を伺うことができました。しかし、頑張ったからと言ってすぐに結果が出るわけではありません。自分の信念を持ち、粘り強く取り組み続けることが必要だと思います。「今しかできないこと」や「自分にしかできないこと」を大切にしながら、3年次生全員が受験に向けて日々前進していくことを願っています。

3年次主任 小林 健

## 学校生活の再スタートにあたって

### ○心身ともに健康が第一

まずは健康であることが一番です。体調管理に気をつけ、睡眠時間もとりましょう。試験当日に体調不良だったら自分の力も出せません。睡眠不足は事故やけがにも繋がります。

### ○バランス良い生活を

一日の時間の使い方を工夫しましょう。手帳を活用し、週ごとや月ごとのスケジュールを管理する力も必要です。適度なりフレッシュも必要ですが、スマホなどを使う時間には注意しましょう。

### ○交通安全と防犯

これから日没が早くなってきます。夕暮れ時に暗くなってくると、交通事故や犯罪に巻き込まれる危険性が高くなります。あらためて、登下校時の交通安全・防犯を意識してください。

### 9月行事予定～毎週末、模試があります。試験は準備と復習が大事です～

日	曜日	A/B	予 定	日	曜日	A/B	予 定
1	土		オープンスクール 秋更衣調整期間(～10/31)	16	日		
2	日			17	月		敬老の日
3	月	B	きずなの日	18	火	B	
4	火	B	体育委員・HR長合同会議	19	水	B	第3回マナーアップ運動
5	水	B		20	木	B	
6	木	B		21	金	B	
7	金	B	センター試験説明会	22	土		
8	土		土曜講座	23	日		
9	日			24	月		秋分の日 駿台ハイレベル模試(外部)
10	月	A	きずなの日	25	火	行	第2回定期試験 健康の森ウォーキング大会保護者説明会・救急救命法講習会
11	火	A		26	水	行	第2回定期試験
12	水	A		27	木	行	第2回定期試験 PTA保健体育委員会
13	木	A		28	金	行	第2回定期試験
14	金	A	芸術鑑賞会 ベネッセ・駿台共催マーク模試	29	土		
15	土		ベネッセ・駿台共催マーク模試	30	日		

◎今回は、2組副担任の望月孝志先生の寄稿を掲載します。

## 「ひとりでは生きてはいないのだから」

今から39年前、高校3年生の自分を思いやると、なんだかくすぶったような青春時代で思い出だけで恥ずかしい気がする。勉強もがんばっているはずだけれど、自分のやり方が正しいのか自信が持てず悶々としていた。同じ身延線で通う友人が、電車の行き帰りで「でる単」(当時の英単語集のベストセラー)を覚えきったと聞いて、自分の記憶力のなさに歯がゆく思った。一本早い電車で行って、地学講義室で高校通信講座のビデオを、友人と二人だけで見たこともあった。今はなきβというビデオだった。時間がもったいないはずなのに、なぜか島崎藤村の「夜明け前」という超長編小説に手を出してしまった。馬鹿だなあと思いつつ・・・それでもそんな18才だった自分が、今ではいとおしく思えてくる。みなさんも今は霧の中をうすぼんやりした未来という灯りに向かって、不確かな足取りで走っているような感じかもしれないが、確実にその未来は存在する。それを信じて今を走ろう。みんなが見守っている。

一年半ぐらい前から漢詩を作り始めた。全くの素人で先生もいない五里霧中状態だが、今も39年前と同じ勉強というランニングは続けているつもりだ。十ヶ月ほど前に作った漢詩がある。読み返すとたぶんへたくそで、どこがへたかも分からないくらいで、とりあえず推敲が必要だなと分かるくらいのものだが、皆さんに贈る。心は酌んでほしい。

原文	書き下し文	訳
励受験子	受験子を励ます	受験生ががんばれ
唯聞硬筆響寒宵	唯硬筆の寒宵に響くを聞く	シャーペンの音だけが寒い夜に響く
独想君臨大学寮	独り君の大学寮に臨むを想う	僕は一人君が大学に臨んでいるのを想像する
天漢星辰咸看汝	天漢星辰咸(みな)汝を看る	天の河も星達もみんなおまえを見守っている
暫時忍耐暁何遙	暫時の忍耐暁何ぞ遙かなる	暫くのがまん、夜明けがどうして遠いものか

◎昨年度の芸術文化祭で県代表として選ばれ、8月の信州総文祭に参加した各部の代表からコメントをいただきました。



長野県岡谷市で行われた全国総合文化祭放送部門に参加しました。個人では3組の深沢有佳さんがアナウンス部門に、放送部としてはビデオメッセージ部門、CM部門と二つの作品を出品しました。全国大会は、県大会とはレベルも表現方法も違って、「本当に同じ高校生なのか」と何度も目を疑いました。刺激を受けつつも、やはり「放送は楽しい」と思わせてくれた三日間でした。あの素敵な舞台に立てたことを誇りに、そして次の大会に活かして…といたいたところですが、今大会を以て引退を迎えました。私たち放送部は、たくさんの人々の協力なくては活動できません。これまで支えてくださった皆さん、そして2年4ヶ月、一緒に活動してきた大切な3年生4人に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。また、今回経験した「全国のレベル」は、受験にも全く同じことが言えると思います。この夏の思い出を糧に頑張ります！！

1組 放送部 佐藤 ゆき

私は、長野県上田市で行われた全国総合文化祭美術工芸部門に、映像作品を出品しました。実際に全国から集まった作品を見たり、制作者から直接話を聞いたりしたことで、「こういった表現もできるのか」と思わされることばかりでした。また、これらの作品や、長野県の文化や自然に触れたことで、自分の中で新しい考えや、作品制作に活かせることを見つけられました。これからは、受験に向けて目の前のことに集中していきたいと思います。

1組 美術部 坂本菜南子



8月上旬に長野県大町市で行われた全国総合文化祭囲碁部門に参加しました。思うような結果を残せませんでしたが、対局や他県の生徒との交流を通して、多くのことを学ぶことが出来ました。これからは、受験勉強に集中して、希望する進路を実現できるように頑張りたいと思います。

6組 囲碁・将棋部 望月 雄真