

# 白南中だより

教育目標 創造 挑戦  
育てる力 主体性  
たくましさ  
心の回復力  
令和4年7月22日(金)  
新潟市立白南中学校 発行

## 「命があればあとはかすり傷」

校長 和泉 哲章

いよいよ待ちに待った夏休みが始まります。夏休みの自分なりの目標を立て、安全で充実した夏休みを過ごしてほしいと願っています。

さて、最近、「命があればあとはかすり傷」ということばに出会いました。そして、大塚訓平さんという人を知りました。大塚さんは、現在、宇都宮市に住む車椅子のビジネスマン。2009年6月、不慮の交通事故に遭い、救急搬送され、すぐさま緊急手術となりました。手術後、3日間は意識不明でした。意識が回復すると、目と首を少ししか動かせない状態であること、体から出る十数本の管、人工呼吸器、心音のモニター音によって、ただ事ではないことが自分でも理解できたそうです。実際、瀕死の重体だったのです。意識を回復させたとき、お父さんからかけられた言葉が「訓平、命があれば、あとはかすり傷だな。」でした。当初、大塚さんはこの言葉の深い意味合いを感じていませんでしたが、お父さんは見舞いに来るたびに必ずこの言葉を言い続けてくれたそうです。主治医からは、命の危険は脱したものの、背骨と右大腿骨が骨折しており、その手術が必要だと説明されました。この時、脊髄を損傷していることは告げられませんでした。通常は、早期に患者に事実を宣告し、早期に障害を受け入れることができるようにするのですが、ご両親は、大塚さん自身がこの事実を受け入れるのは時期尚早と考え、宣告を引き延ばしにしていたのです。「命があればあとはかすり傷」の言葉を大塚さんが心から理解できるための時間を稼いでくれたのです。お父さんが「命があればあとはかすり傷」と言い続けてくれたことで「一生歩けません。一生、車いす生活です。」を宣告されたときは、「はい、わかりました。」と答えることができたこと。しかし、理解したことと感情は反比例し、涙が止まらなかったと言います。大塚さんは、生死をさまよった経験から生きることに食欲になり、障害をもった身体だからできることを見つけ、それを社会のために活かし、ビジネスにつなげる活動をしています。大塚さんは言います。「人生は一度きりしかありません。両親からもらったこの命に感謝し、悔いなく生きること、命を使い切ることが何よりも大切だと思いました。だから、今の障がい者人生を楽しむことができます。『命さえあればあとはかすり傷』この魔法の言葉を胸に社会を変える仕事に、邁進していきます。」

「命さえあれば」は、命は一度失ったら二度と取り戻すことができない、他に変えることができない存在だということです。そして「命さえあれば」、その後、人生の可能性を広げることができる、どんな生き方だってできるということです。命の重さに比べれば、多少の困難や失敗はかすり傷のようなものだということです。私はこの言葉と出会ってとても勇気づけられました。夏は、戦争にかかわって生死を扱ったTV番組が放映されます。命の大切さを考えるよい時期でもあります。

これから始まる夏休みでは、命を失うことはもちろんですが、傷つけたり、危険にさらしたりすることなく、過ごしてください。交通事故や水の事故、熱中症にも十分気をつけてください。新型コロナウイルスの感染が、再び拡大しています。今のところ行動制限はかかっていますが、できるだけ感染リスクの高い行動を避け、感染予防対策をとりながら、生活していきましょう。



「明日からやろう」と

40回言うと夏休みは終わります

「日本のコピーベスト500」から

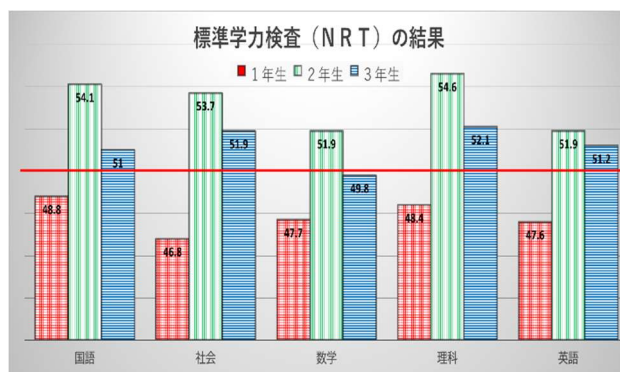
うちの学校の夏休みは40日ありませんね。早くリズムをつかんで取り組んでください。

## 白南中学校の学習指導

当校の学習指導は「主体的・対話的で深い学び」の実現のため、「学習課題とまとめ・振り返り」「タブレット等ICTの活用」「対話的な学びの活性化」等を柱に据えて取組を進めています。

基礎・基本の徹底のため、学力検査による実態把握に基づいた補充学習や基礎学力テストの実施、終学活後10分間の「たましんタイム」の活用を図っています。

学習指導では、「個別の知識・技能」、「思考力・判断力・表現力等」、「学びに向かう力・人間性等」という育成すべき柱が3つあります。これまでは4つの柱でしたが、昨年度から全面実施された学習指導要領により3つになりました。それぞれの柱には教科の目標や学習状況に関する観点を設けて評価しています。その観点別評価の総括として評定になります。テストの点数だけで成績が出ているわけではありません。よって、今年度よりテストの点数による順位は出していませんので、お知らせもしません。また、2、3年生は昨年度末、1年生は4月に実施した全国標準学力検査（NRT）ではグラフのような結果でした。2、3年生は全国平均を超えており、ともに昨年度より上昇しています。1年生は、基礎・基本の定着に課題があり、個人のばらつきが大きいことがわかりました。今後、生徒の実態に即した学習指導を進め、学力の向上を図っていきます。



## 県大会での頑張りを讃えて～北信越大会へ2人出場！

7月16日～17日に行われた県大会では5人の生徒が出場し、大いに頑張ってくれました。

**陸上競技** 女子砲丸投 木津 百蘭 選手 → 優勝 北信越大会へ ← 通信陸上大会 優勝  
男子400M 帯瀬 晃希 選手 → 15位  
男子800M 宮島 愛翔 選手 → 13位  
男子3000M 五十嵐凜音 選手 → 32位

**水泳** 女子200M個人メドレー 針貝 沙良 選手 → 3位 北信越大会へ  
女子200M自由形 針貝 沙良 選手 → 8位

木津さんと針貝さんの2人がみごと北信越大会へ出場を果たしました。優勝した木津さんの優勝カップのリボンを見ていたら、平成20年度にも白南中学校の金子園美さんが優勝していることがわかり、それ以来の優勝です。北信越大会では新潟県代表としてさらなる健闘を期待しています。みんなで応援しましょう！

## 睡眠で未来は変わる！～睡眠講演会を開催

7月20日(水)、上級睡眠健康指導士の伊東和博さんを講師にお迎えし、「睡眠で未来は変わる」と題して講演会を開催しました。

睡眠は身体を休めるだけでなく、子供の成長に大きな役割を持っています。成長ホルモンは、「背を伸ばすホルモン」として知られていますが、睡眠時に最も多く分泌され、子供の成長には不可欠です。また、セロトニンと呼ばれるホルモンは別名「幸せホルモン」と呼ばれ、頭をすっきりさせたり、自律神経を整えたりする働きがあり、心の安定に必要なホルモンだと言われています。これも睡眠の質と関係が深く、昼夜逆転のような生活をしているとセロトニンの分泌が妨げられるとのことでした。

今回の講演にあたって、事前に生徒アンケートを行いました。すると、「学校がある日と休日で起きる時間が2時間以上ずれる」と答えた生徒が67.3%で、全国平均の57%を大きく上回っていることがわかりました。よい睡眠をとるためには平日と休日の起きる時間を一定にすることが大事とのことでした。

また、寝る前のメディア機器の利用は、脳を興奮させ、昼夜を間違えるので、よい睡眠のためにはよくないと言われています。「寝る前にゲーム機やスマホを使うことがありますか。」という問いに対して80.9%の生徒が「よくある」または「ときどきある」と答え、これも全国平均の73.2%を上回りました。よい睡眠を妨げる当校生徒の課題も明らかになりました。

質のよい睡眠は、心と体の成長と安定にとってとても大切であることがわかりました。どうぞご家庭でも質のよい睡眠がとれるよう話題にしていきたいと思えます。

