



よ ば てんびょう 四つ葉点描

きょういくもくひょう 教育目標 「美しく生きる」



四日市市立中部中学校

令和8年3月3日

第22号

がんば 頑張った 3年生へ、ラストメッセージ。

わがこととして、引き受ける



いよいよ 3年生の卒業が目前となりました。3年生は、キャストとしての意識を高く持って最上級生である1年を送ってくれました。ありがとう！卒業する皆さんは、これまでも、これからも、様々な出来事が起ります。そこで、私からの餞として、あるセラピストさんの話を贈ります。

「私」という存在は、自分のものであって、自分のものでない。それでも、わがこととして引き受けていかなければいけません。

たとえば、「からだ」

私は、自分の心臓や胃腸を、思い通りに動かすことができません。とは言っても、心臓や胃腸は私から離れて好き勝手に動いているわけではありません。そのときどきで、私の全体的な状況にちょうどいいように、そのはたらきを変えています。私は他の部分を動かして全体的な状況を変えることで、それらのはたらきの調整をすることができるときもあります。心臓や胃腸は私の思い通りには動かせないけれど、私のものです。

私は、腕や足を自由に動かすことができます。けれども、いざ大事な場面では意に反して手が震えることや、緊張で足が動かないことだってあります。私が自由に動かせるはずの自分の手足であっても、すべてをコントロールすることはできません。

私は言うことをきかないからだに腹が立つこともあるけれど、それでも緊張してバクバクと高鳴り心臓を捨てられないし、震える指先を切り落とすこともできません。たとえ指を切り落としても、切り落としたという事実を私から切り離すことはできないのです。

からだだけではありません。行動も、言葉も、性格も、誰かとの関係も、過去も、未来も、選択も、心も、同じです。自分をとりまくあらゆるものごと、そして自分という存在そのものが、自分のものであって、自分のものではありません。それらを、わがこととして引き受けていかなければいけない。

「いやだ、自分じゃどうにもできないのに！知らないよ！」

と思っていても、どうしたって切り離すことができない。

その葛藤に、「まあ、仕方ないか」となんとなく折り合いがついたとき、ちよっぴり生きやすくなるのだと思います。



中学校を卒業し、だんだんと大人になっていき、やがて社会に出たとき、あなたの行動によって導かれた結果については、あなたが責任を負うことになります。誰の人生でもない、自分の人生です。誰かのせいにしたとしても、結果を背負うのはあなた自身です。思い通りにいかないこともあるけれど、「わがこととして引き受けていく」・・・つまり、ゲストではなく、キャストとして行動することで、未来は変えることができます。

その練習をこの3年間でやってきました。

卒業生のみなさん、中部中学校での学びを生かし、幸せな人生を創り出してください。

保護者の皆様へ

1. 卒業式の保護者の入場時間の変更

変更前 受付 8:40～ 入場 9:10～ → 変更後 受付 8:40～ 入場 8:50～

会場外および入り口付近の混雑を解消するため、入場時刻を早めました。

2. PTA拡大委員会における決議事項

2月13日（火）開催の第5回PTA拡大委員会にて、次の2点が協議され、賛成多数で決定しました。

① 令和8年度よりPTA費を減額し、250円/月 から 200円/月とする。

② 令和8年度より、本部役員、地区委員に対して役員活動費を支給する。

役員活動費は、2,000円の図書カードとし、年度末にPTA費から支給する。

以上2点、お知らせください。

校長 山内雅喜

PTA会長 別所満 幸