



清瀬市立清瀬第三中学校 ◇◇一人一人が輝く三中◇◇

# 学校だより12月号

〒204-0002 清瀬市旭が丘 1-262

Tel 042-493-6313

## 人生と時間

校長 井上 隆

2023年も後1か月。私が、教職の職について30年目。清瀬三中に着任して8か月。最近、月日の経つのが年々早くなっていくように感じられます。1年が早く感じることを「ジャンネーの法則」というそうです。この法則は「人生のある時期に感じる時間の長さは年齢の逆数に比例する」というものです。解りやすくいうと、歳を取るにつれて自分の人生における「1年」の比率が小さくなるため、体感として1年が短く、時間が早く過ぎると感じるということです。

さて、今回は、時間について考えたいと思います。時間の格言、名言で

### 【時は金なり（ベンジャミン・フランクリン）】

時間は大切なものであり、金銭と同等の価値がある。だから、時間をむだに費やしてはならない。

### 【人生とは今日一日のことである（デール・カーネギー）】

一日一日が人生なのです。毎日、毎日が矢のように過ぎ去って生きます。何も考えないまま、惰性で時が進んでいかなないように、一日一日を懸命に生きたい。

### 【未来とは、今である（マーガレット・ミード）】

目の前のことに全力を尽くす。そうすれば未来は拓ける。今の頑張りが未来を創るということです。など、様々な格言、名言があります。

また、人生を80年とすると、 $80年 \times 365日/年 = 29200日$ 、さらに時間にすると700800時間となります。これを、睡眠は1日7時間、仕事は20歳から60歳の40年間、1日9時間、1年245日を仕事にあてたとすると204400時間、教育（小学校6年、中学校3年、高校3年、大学4年）は1日8時間を割合にすると31360時間、人生の80年と考え100%とすると、睡眠29%、仕事13%、教育4%となるため、それ以外の54%は、食事、入浴等を除くと、自分の時間となります。あなたは、どのように使い、過ごしますか…

中学校の3年間を考えると、1年間365日は8760時間、1年間の登校日は約200日、学校にいる時間を8時間とすると1600時間、毎日の睡眠を7時間すると2555時間。 $8760時間 - 1600時間 - 2555時間 = 4605時間$  4605時間は、食事、入浴等以外に習い事、家族との時間等を引いても3000時間くらい自分の時間があることになる。どのような時間を過ごすか……

さらに「人生時間」という言葉あります。これは、人生を1日の時間であらわし、長い人生を短い時刻に置き換えて、わかりやすく考えようとするものです。具体的には、年齢を3で割り、時刻にする。例えば、21歳なら3で割ると7となり、これに時刻に当てはめると午前7時となります。これから1日が始まる、前途は希望に輝き、様々な可能性が満ち溢れているときと考えることもできます。45歳なら午後3時。休憩のひととき。そして63歳は、午後9時。仕事も終えて、のんびりと自分の時間を楽しむ時間。この考え方でいくと、中学生は、12～15歳。15歳は、3で割ると午前5時。夜明けです。ちょうど一日が明ける直前です。早起きは三文の得。これから就寝まで十分に時間があることから、新たな出会い、新たな生活が始まるときで、充実した1日になるか、ならないか。努力するか、しないか。学ぼうとするか、しないか。全て自分次第で決まります。

あと1ヶ月で2023年が終わります。「人生とは、今日一日のことである」「未来とは、今である」この1か月の、来年をどう過ごすかが決まるかもしれません。今年を振り返る、自分を見つめ直す絶好の時です。

私も、今年の三中を振り返りながら、来年の三中の学校像を思い描き、計画を練る時間に費やしたいと考えています。皆さんも、時間を大切に1日1日の過ごし方を考えてみてはどうですか。

## ～10月の行事より～ 都内校外学習（2年生）

10月31日(火)、2年生が都内の校外学習に出かけました。1年生の川越からかなり範囲を広げて、班行動を行いました。

目的のひとつに、『首都東京において、政治・経済の中心を担う企業及び官公庁等を実際に訪れることで、社会におけるそれらの役割について深く学ぶ』とありました。副班長が中心となり、指定見学場所の企業やミュージアム中心に、各班で話し合っ行って先を決めました。指定見学場所は、最高検察庁や集英社、国立印刷局など、なかなか個人では行くことができない所ばかりです。そこに加え、歴史に興味のある班は江戸城跡、スポーツに興味のある班は、オリンピックミュージアムを訪れるなど、日本の技術や歴史に触れる1日となりました。

先日、事後学習の発表会を各クラスで行いました。見学先で学んできたことを、授業で学習したことと関連づけたりして、その訪問先に行っていない人たちも新たな学びにつながりました。



## 表彰 おめでとうございます

- 女子バドミントン部 清瀬市内中学校バドミントン大会 優勝 雨宮 早希さん  
清瀬市秋季バドミントン大会（ダブルス）第3位 青柳ひなたさん&福島杏花さん  
第8・10・11ブロックバドミントン新人大会 女子団体 第5位
- バスケットボール部 第19回アミューズカップ(宮崎杯) 男子準優勝、女子準優勝
- イラスト・文芸部 第18回工芸高校夢コンペ インテリア科賞 永瀬 莉子さん

## 12月の予定

- 1日(金) 個人面談始、③⑥カット  
4日(月) 全校朝礼、安全指導、④⑤カット  
5日(火) ①④カット、学納金引落日  
6日(水) ⑤カット 7日(木) ③⑤カット  
8日(金) ②⑥カット  
11日(月) Ⅲ期時間割始、全校朝礼、②③カット  
12日(火) 個人面談終、①⑤カット  
13日(水) 避難訓練、1年⑤総合、2年⑤がん教育  
14日(木) ②カット  
15日(金) 1年スキー保護者会、2年⑤音楽鑑賞教室  
3年入試相談始、1・3年①⑥カット  
19日(火) ①カット  
20日(水) 1年⑤総合、時間割変更あり  
3年⑤がん教育  
21日(木) ①カット、⑤大掃除  
22日(金) ①学年集会、②終業式、③学活  
25日(月)～1/8(月・祝) 冬季休業  
\*28日(木)～1/4(木) 閉庁日

## 第15回 石田波郷 シュニア俳句賞

11月26日(日)にアミューホールで表彰式が行われました。本校からは、3名が入選して、表彰されました。

2年 藤井ひよりさん

冷やし中華タンクトップの母作る

2年 西山紗亜弥さん

アロハシャツ父の背中でおどってる

2年 山崎好恵さん

せみの声慣れれば昼寝のこもりうた

## ホームページもご覧ください

2年生都内校外学習をはじめとする学校行事、授業の様子や生徒の活動、給食の献立や教育関連の情報など日々更新しております。

QRコードからアクセスしてぜひご覧ください。

