

栄光に向かって走る

令和7年6月9日
昭島市立拝島中学校
第3学年 進路だより No.5

——“ギリギリ生活”要注意！

中学校生活最後の体育大会、お疲れさまでした。また、この土日に部活動や外部の活動など、疲れの残る中さまざまな活動もあったと聞いています。しかし、どんな人にも平等に「次の日」はやってきます。今日は、時間に余裕をもって登校できましたか…？

さて、例年“希望の進路実現ができない生徒の特徴”として、“**遅刻ギリギリに駆け込んでくる生徒**”が挙げられます。これは、皆さん生徒からしてみれば、「頭が良い奴が合格するんだから、そんなの関係ないでしょ。」と思うことかもしれませんが、10年、20年、30年と教員をやっている先生たちからすると、だれもがうなずく“本当の話”なのです。

まず、“遅刻ギリギリの生徒”(拝島中で言うと、**8:20の段階で、着席チャイム・読書ができていない生徒**)は、実は、朝だけでなく、他の時間を切り取って見ても、ギリギリであることがほとんどです。

例えば、4時間目の体育の後、給食当番にも関わらず、特に急ぐこともなく教室に歩いて戻ってくる生徒や、教室掃除をしていて、机を後ろに下げる段階でようやくほうきを持って、何食わぬ顔でそそくさと掃除に参加する生徒は、“遅刻ギリギリの生徒”とイコールであることがほとんどです。一事が万事、のんびりゆっくり、マイペース。それは“おおらかである”と言え長所にもなり得ますが、進路選択に関しては、ただの“**自分に甘い人**”ということになります。そういう人は自分の時間を上手に使えないので、**圧倒的に不利**なのです。

また、「**自分がいい加減なことで、他人に迷惑がかかっていること**」にも気づけない視野の狭さでは、面接などで好印象を得ることは絶対にできません(不思議なくらい、高校の先生方はそういう部分を見抜いてきます…！)。

朝遅い人は、「遅刻」というデメリットがあるだけでなく、早く来ていれば何とかなったかもしれない“うっかり忘れていた宿題”などに取り組む時間もないため、一日が“焦り”や“あきらめ”などのネガティブな感情でスタートすることも多いでしょう。そんな生活を、ずっと続けるのでしょうか…。

この話を聞いて「だって、朝は眠いもん！」と言い訳をするのであれば、もう何も言うことはありません。しかし、**「あと5分早く起きよう！」と決意できた人や、一緒に登校している人に「あと5分、待ち合わせの時間を早くしない？」と言える人は、必ず良い変化があります。**

人間の脳みそは、覚醒してから本来のはたらきを取り戻すまで、3時間はかかると言われていています。高校の入試は、だいたい9:00開始。逆算すれば何時に起きればよいか、おのずと分かるはず。もちろん、今まで遅刻ギリギリに起きていた人が、いきなり6:00起きにするのは難しいと思います。しかし、寒くなってくれば、早起きは余計に「苦行」です。進級して今日で二ヶ月余り。ぜひ、どんなに遅くても**一学期中には、“ギリギリ生活”を脱出しましょう！**

お前がいつの日か出会う ^{わざわい}禍は、お前がおろそかにしたある時間の ^{むく}報いだ。

ナポレオン・ボナパルト(ナポレオン1世)