昭和中だより
ハートフル昭和
http://www.city.akishima.ed.jp/~showa/

令和７年７月 18 日
第　５　号
昭島市立昭和中学校
校長　　渡部　尚

44 日 1056 時間　何かを成し遂げる夏休みに！

今日で１学期が終わり、明日から長い夏休みが始まります。夏休みは１か月以上に及びますので、最初は「いくらでも時間があるな・・・」と悠長に構えてしまいがちです。しかし、過去の夏休みを振り返ってみてください。お盆を過ぎたあたりから日々が加速するように過ぎていき、あっという間に終盤に差し掛かって、「あれもやっていない・・・」「これもやっていない・・・」などと、焦った経験がある人もいるのではないでしょうか。

この日々が加速する感覚は、「ジャネーの法則」と言い、年齢や経験から時間の体感速度が変わるという人間の深層心理の影響だそうです。新鮮に感じる初期の時間（年齢が若い頃や、夏休みの最初の頃など）は、見るもの全てが新しくて印象に残りますが、慣れるにつれてあまり気にとめることがなくなります。つまり、夏休みでは、最初の７月中は新鮮さと高揚感から時間がゆっくり流れるように感じるものの、８月あたりから慣れにより日々のルーティンができあがっていくことで気にとめることが減り、あっという間に過ぎ去っていく感覚になるのです。これが多くの人が感じる「加速する時間の正体」です。

皆さんにはこの長い 44 日間を、加速する時間に、ただのまれていくだけの生活にしてほしくはありません。これだけあれば、かなりのことを成し遂げることができます。１日の 24 時間に、44 日間を掛けると、なんと 1056 時間になります。300 時間は寝るとしても、ゆうに 700 時間以上は活動の時間です。本を読もうと思えば、１日１時間で 44 時間分、10 冊はいけるのではないでしょうか。また、これまでの学習のつまずきを復習しようと思えば、１日２～３時間の学習で、約 100 時間ですから、一気に挽回することができるはずです。さらに、部活動などで身に付けたい技能があれば、反復練習である程度のことはできるようになるでしょう。学年や人によって定める目標は様々だと思いますが、「自分自身の成長につながること」に多くの時間を費やしたとしても、娯楽や楽しみに当てる時間は十分残ります。

時間は平等であり、有限です。寝ていても、ゲームをしていても、スマホを使っていても・・・夏休みは誰にでも同じだけ与えられ、同じ速さで流れていきます。だからこそ、「どう使うか」がとても大切で、それ次第で皆さんの夏休みは大きく変わります。８月末の自分を想像してみてください。どんな自分になっていますか・・？

新学期に何かを成し遂げ、充実した顔の皆さんに会えることを楽しみにしています。

【７／18　終業式講話より】

★第２回学校運営協議会が行われました。

７／11（金）、学校運営協議会（コミュニティスクール）の、第２回目が開催されました。地域と連携した取組についての意見交換が行われ、小中高の連携や防災、学習等の支援等の視点から検討を進めています。

９月　行事予定

日	曜	学校行事	日	曜	学校行事
1	月	始業式	17	水	専門・中央委員会　１組職場体験（２）（始）
2	火		18	木	
3	水	専門・中央委員会　あいさつ運動（始）	19	金	１組職場体験（２）（終）
4	木		20	土	
5	金	生徒会役員選挙　あいさつ運動（終）	21	日	
6	土		22	月	
7	日		23	火	秋分の日
8	月	生徒会朝礼	24	水	避難訓練
9	火		25	木	中間テスト１日目
10	水	職員会議	26	金	中間テスト２日目
11	木		27	土	
12	金		28	日	
13	土		29	月	朝礼
14	日		30	火	
15	月	敬老の日			
16	火				

- １学期間、大変お世話になりました。夏休み中に行われる三者面談へのご協力、よろしくお願いいたします。大変暑い日々が続いております。保護者の皆様も熱中症に十分お気を付けてお過ごしください。