



新年度スタート

新年度が始まりました。慌ただしい時期ですが、3点固定を心がけ、生活リズムを確立させましょう。

就寝時刻と起床時刻を固定すると、

- 睡眠時間が確保できる。すると
- 集中力維持、体調管理に繋がる。

学習開始時刻を固定すると、

- 宅習時間が確保できる。すると、
- 予習・授業・復習サイクルが生きる。

教育相談で聞く限りでは、学習開始時刻と就寝時刻がまだ固定されていない生徒が多いようです。課題、予習、復習をただこなすのではなく、1年生は「鹿児島中央高校生としての学習習慣を身に付ける」ために、2年生は「基礎基本の定着と新科目への対応」のために、3年生は「大学入学共通テストに向けて思考力・判断力・表現力を鍛える」ために、各自が生活スタイルを確立させ、自分の力を発揮できる状態を維持しましょう。

進路指導室へ行こう！

今年度の進路指導室のメンバーは以下の7人です。

進路主任（3学年）	山下 豊作：数学
進路副主任（3学年）	森田 亮三：国語
進路事務	西 洋子
1 学年	高山 正教：地歴
2 学年	生駒 真也：英語
2 学年	仮屋まどか：英語
2 学年	當 太輝：数学

進路指導室隣の進路資料室には、最新の赤本や小論文関連の書籍、受験報告書など、進路に関する情報があふれています。進路や学習に関する相談にも対応します。積極的に進路指導室を訪ねてみましょう。

58期生 国公立大に多数合格！難関大も！

今春卒業した58期生も、日々努力を重ね、各自の希望進路を実現させました。地元の鹿児島大学に102名が合格したほか、筑波大学・東京学芸大学・九州大学・広島大学などの大学にも合格者が多数出ました。国公立大合格者総数は163名でした。私立大学も、早稲田大学や青山学院大学、立命館大学などの難関大学への合格を果たしました。既卒者も努力を継続し、鹿児島大学医学部医学科へ2名が合格しました。詳細は『進路の手引き』で確認してください。

〈国公立4年制大学合格実績〉

大 学 名	58期	57期	56期
筑 波 大	1	2	
東 京 学 芸 大	1	1	
神 戸 大	1		
広 島 大	2	5	2
山 口 大	3	2	1
九 州 大	5	3	3
九 州 工 業 大	2		
福 岡 教 育 大	4	2	4
長 崎 大	6	7	6
熊 本 大	4	7	19
鹿 児 島 大	112	132	114
合 計	154	172	166
東 京 都 立 大	1	2	
大 阪 公 立 大	2		
下 関 市 立 大	2	2	1
北 九 州 市 立 大	5	13	11
福 岡 女 子 大	2	1	1
長 崎 県 立 大	3	3	2
熊 本 県 立 大	3	2	3
合 計	23	33	28

(* 既卒含む)

進路関係情報に日頃からアンテナを！

進路指導部から配付される資料を活用しましょう。

『蛍雪時代』「学部学科案内号」	全クラス
『蛍雪時代』（月刊誌）	3年生
『逆引き大辞典』	1・2年生
『高1 保護者進学ガイド』	1年生
『マナビジョンブック保護者版』	3年生

他にも、年度途中で様々な情報誌が各クラスに配付されます。また、他学年の配付資料の中で、内容を確認したいものがある場合は、進路指導室に来れば閲覧できます。進路に関する情報を集めることを習慣化しましょう。

ところで、鹿児島中央高校HPには、後日「シラバス」がアップされます。シラバスには、「今が何を学ぶ時期で、いつまでにどのような学習内容を、どのように学習するのか」が示されています。学力向上に対して高い志を持つ皆さんが、積極的かつ自発的に、そして効果的に学習に取り組むために、大いに活用しましょう。

大学入学共通テストまであと260日。頑張れ3年生！

鹿児島中央高校 61 期生の皆さんへ

1 学年主任 内門英一郎

鹿児島中央高校 61 期生の皆さん、入学おめでとうございます。同級生、先輩や先生、1 年後または 2 年後に入学してくる後輩との出会いを大切に、高校生活を充実したものにしてください。失敗を恐れず、新入生らしく元気澆刺と過ごしてほしいと思います。

さて、大分県にある立命館アジア太平洋大学現学長の出口治明さんは 1 万冊以上の本を読んだ読書家（週に 5・6 冊読むそうです。）としても有名ですが、出口さんは「よいアイデアは『人・本・旅』から生まれる。」と言っています。このことばを皆さんが高校生活を送る上での参考にすると、「人」は日々の授業や部活動、学校行事やボランティア活動等を通して人とつながりをもつこと、「本」は読まず嫌いをせずいろいろな本を読むこと、「旅」は高校生にはなかなか難しいですが、検定を受けたり外部団体主催のコンテストやプログラムに挑戦したり、「外」とつながりをもつことなのかなと思います。また出口さんは「物事を判断するときにタテヨコ、つまり昔（歴史）はどうだったかと、世界はどうかということを見ろ。」とも述べています。このことを踏まえて自分はどの位置にいてどう振る舞えばいいのかを考えると、100%は無理ですが、判断を誤らないのではないかと思います。もちろんこれには「歴史」、「世界」を始めとしてさまざまなことを勉強し、経験を積むことが大切です。

「進路」のことについて、まず 3 年後に進路実現するために大切なことは、好奇心をもって一生懸命に勉強することです。一人で黙々と勉強することも大切ですし、他人と協働的に行うことも大切です（ディスカッションや探究活動等）。疑問点は後ではなく、それが生じたらすぐに解決してください。それが難しかったら折をみて考え続けることです。予習、復習、課題の期日内提出は高校生なら当たり前のことです。高校では勉強することがたくさんあります。時間を効率的に使ってください。それから、学校研修で学校と社会はつながっているという話をしましたが、世の中でどのようなことが起きているかアンテナをはり、将来自分は社会にどのように貢献できるのか、どの大学・学部・学科に行きたいのかを考えてください。それを踏まえて文理選択を行いましょう。

最後にこれから充実した高校生活を始める皆さんへ、スピッツの曲の歌詞の一部を贈ります。これはメロディーもいいので、ぜひ曲も聴いてみてください！

今芽吹いたばっかの種 はじめて見たグリーンだ

憧れに届きそうなんだ 情念が 脳内の 火焰土器に あふれているよ

（スピッツ「グリーン」より）

「本気」

2年1組 副担任 岩下 香緒

新年度を迎え、早くもひと月が経とうとしています。人は、フラットな時間世界に恣意的な節目を与えることで、平板な日常に彩を与え、気持ちを新たにしてお進していきます。その大きな節目の一つが年度替わりです。

2学年の先生方が初顔合わせをした会で、学年主任の小畑先生が2学年の目標として掲げられたフレーズが「進路目標を見据えた本気の学習」という言葉です。新年度を迎えた皆さんたちの多くが、よし勉強を頑張ろうと気持ちを新たにしたのではないかと思います。その気持ちをより強くし、この1年間、いや、できれば卒業の日まで、「本気」で目標に向けて努力をしてほしいと願っています。

そこで、「本気」という二編の詩を紹介します。

「本気」	坂村真民	「本気」	後藤静香
本気になると 世界が変わってくる 自分が変わってくる 変わってこなかったら まだまだ本気になっていない証拠だ 本気な恋 本気な仕事 ああ 人間一度 こいつを つかまんことには *坂村真民(熊本出身、仏教詩人)		本気ですれば たいていな事ができる 本気ですれば なんでも面白い 本気でしていると だれかが助けてくれる 人間を幸福にするためにも 本気で働いているものは みんな幸福で みんな偉い *後藤静香(大分出身、社会教育家)	

「本気」になると、自分が変わり、環境が変わり、なんでも面白くなってきて、その姿を見ている周りの人が助けてくれるようになり、幸福になるというのです。

しかし、本気で勉強しようと思っっているけれども、どうしていいかわからないという人がいますよね。そこで、勉強をするためのヒントを5つ示します。

- まずは勉強をはじめてみる…易しい1問でも取りかかれば、やる気は出てきます。
- 教科書などを開いて机に置く…気持ちが乗らず教科書を開くまでに時間がかかる人がいますが、最初から開いておけば取りかかりのハードルが下がります。
- タイムスケジュールを作る…単に時間の管理ということだけではなく、教科書の○ページまで読む、朝通学時は英単語を覚えるなど、具体的に行うことを明確化すると小さな目標ができ、それを達成するごとに自信がつきます。また、勉強を習慣化することができれば、次年度本格的な受験勉強をする時の大きな力となります。
- スマートフォンの使用を制限する…勉強中はスマートフォンの通知を切るか、見えないところに置きましょう。見始めたらどんどん時間が奪われるため、要管理です。
- 睡眠時間と質を確保する…睡眠時間を削って勉強をするのは逆効果。寝不足では集中力も記憶力も低下します。3点(起きる時間、勉強を開始する時間、寝る時間)固定の実施が理想です。

国公立大学を目指す高校2年生の勉強時間の目安は3～4時間。2年の4月から受験勉強を始めた場合は、大学入学共通テストまで約22ヶ月ありますが、高校2年生の冬休みすなわち受験1年前から勉強を始めた場合は約13ヶ月。勉強時間を4時間と仮定すると、9ヶ月の差は約1100時間の差になります。早くから受験を意識して学習した人が明らかに有利！

目標を持ち、「本気」で取り組めば、世界は変わる！幸福を手にする！さあ、皆さん。「本気」を出してみませんか。



“干し柿作り”に学ぶ

3年8組 副担任 濱田和哉

干し柿作りについてネットで検索していたところ、面白いページに辿り着きました。石川県羽咋市志賀町で“ころ柿”（干し柿の地方名）作りを生業とされている細川宗宏さんのホームページです。細川さんの作る干し柿はおいしいと評判だそうです。ホームページを見ると、細川さんの仕事に対する思いが書かれていました。細川さんは昭和28年生まれで現在69歳です。幼少の頃より、ころ柿作りの名人である祖父の姿を見ながら育ち、石川県の農業短大を卒業後ころ柿づくりとその作り方を教えることにも努めておられるそうです。

ころ柿の作り方は11月に柿を収穫して、枝を揃え、皮をむき、へたを取り、紐で結んで干す、手もみして、また干す、製品化する。全部で8工程あります。干し柿は温度や湿度が高いとカビが生えるので寒ければ寒いほどよく、天候に左右されるので油断したり無理したりすると大変なことになるそうです。以下は細川さんのインタビューでの記事の中から私が気になった内容をまとめたものです。

① 仕事へのこだわりについて

仕事は楽しみながら、自分の感覚を大切にしていっている。ころ柿作りの方法は体ごと、心ごと入り込まないと身に付かないので、柿にならないと柿は作れない。ちょっと足を踏み込むのと、もう一步踏み込んだものでは見える世界が違ってくる。

若いときは恥を気にせずに、分からないことがあったら教えてもらう。ただ同じことを何回も教えてもらうのは良くない。また、自分に注意してくれる人に感謝し、そういう人を大切にする。自分が大切にしたら他人が大切にしてくれるようになる。

② 仕事の心得について

仕事を通して得たことはたくさんある。本物を作るためにはものすごく勉強しなければならない。ころ柿作りは、ただ教えられたとおりにやってもだめである。たとえば世の中で正しいとされるやり方が自分にとって正しいかはわからないので、それを解釈する必要がある。その為にはやっぱり自分で勉強していかないといけない。人からいい方法だと言われても、自分にとっていい方法なのかわからないから自分でもう1回理解してこなさないといけない。形を真似するだけでなく、その形を自分なりに分解してみて、もう一回組み立ててみなければならない。

私は細川さんの文章を読んで勉強も同じだなと思いました。学んだことを自分のものにするには、一度自分の中に落とし込んで咀嚼してみる。なぜそうなるのかを自分の中で再構成して、実感が持てるようにならないと本当の意味で理解したことにはならないわけです。それは簡単ではなく、時間のかかる作業でもあります。知識を獲得するには避けて通れないことですね。

さて、上の①②の話を読んで、細川さんの“本物”の仕事とは何か15字以内で述べるとしたらなんでしょう。細川さんの言葉には含蓄がありますね。干し柿だけに、渋さの中に優しい甘さがある話でした。