



## 「備え」の大切さ

冬の訪れを前に、石川県金沢市の兼六園で「雪吊り(ゆきつり)」の作業が始まったという新聞記事を読みました。木に支柱を立てたり、縄で枝を吊ったりして、北陸特有の湿気を多く含んだ重い雪から木々を守るためのもので、冬の風物詩にもなっています。もしこの雪吊りをしなければ、たとえ太い枝といえども、雪の重みに耐えきれず、「パキーン、パキーン」と大きな音を立てて折れてしまうといひます。それを防ぐために、まだ雪の降らない11月1日に兼六園では毎年「雪吊り」を始めるのです。温暖化が進んでいようと、暖冬が予想されようと、先を見越しての「備え」というわけです。



以下、かつての勤務校で「雪吊り」に関連して私が生徒に考えてもらった内容を紹介します。

これまでいくつもの学校で進路指導に携わった際に、全国各都道府県の高校と成績を比較することがあったのですが、北陸地方の高校の成績が低学年時から比較的安定していることを感じるものがよくありました。もしかしたら、雪吊りをするかの如く、この地方の生徒たちが先に備えた学習を常時しているのではないか。それぞれの地域の風土と県民性が、生徒たちの学習習慣に反映しているのではないかと私は仮説を立ててみたのです。

一方、我々鹿児島人はどうでしょうか。確かに鹿児島でも、台風などの災害に備える機会があります。しかし、我々が台風に備える場合は、台風接近の様子をテレビやネットの天気予報で確認し、接近ギリギリまで備えを先延ばし

し、結果台風の進路が逸れたりすれば、対応をしないで済む場合もあります。仮に直撃を免れない予報が出た場合でも、前日にやっつけ仕事で対応すればよく、その後1日ほど辛抱すれば台風は確実に過ぎ去ってくれます。一度雪が降ってしまえば春まで雪に閉ざされてしまう長く厳しく辛い冬に備え、まだ雪が降らないうちに対応を終わらせておく北陸の人と比べると、どうしても我々の対応の仕方には「荒さ」や「軽さ」「雑さ」が私には感じられるのです。「備え」に対する緊張感や本気度が、我々鹿児島人は北陸の人たちに比べると劣っているのではないか。北陸の人にとっての「備え」とは、何もない平常時に時間の余裕を持って必ずするものだが、我々鹿児島人にとっての「備え」は、ギリギリになるまで引き延ばし、できることならしたくないものになっていませんか、ということです。



では、そういう学習の仕方をしていけば、高校卒業後の進路に関しては、鹿児島の高校生は北陸の高校生に全敗なのか。これが必ずしもそうではないところが世の中の面白いところです。「備え」の行動を怠らず計画的に物事を進めていなくても、「やる!」となったら猪突猛進し、それまでの遅れを一気に取り戻し逆転するエネルギーやいい意味での「熱しやすさ」のようなものは我々鹿児島人にはあるのかもしれませんが。そのようにして志望校合格を勝ち取った生徒を私はたくさん目にしてきました。(ただし、それと同時に、あと一歩のところまでは追いついたが、合格に至らなかった生徒も同じくらいたくさんいたのですが。)これが我々鹿児島

人の強みなのかかもしれません。この強みに先を見据えた「備え」の行動を一つ加えることで、いい結果をたぐり寄せるエネルギーが何倍にも大きくなるのではないか。この私の話には生徒たちは意外と納得してくれたようで、自分たちの風土や県民性を客観的に分析し、マイナス面を補いながら目標を実現していく知恵を学んでくれたと思っています。先日の記録的な大雨で、台風以外にも「備え」なければならぬことがここ与論では増えました。与論高校生にもこのような「備え」の視点を持って高校生活を送ってもらいたいと思います。

## デジタル・デトックスと読書

1ヶ月に本を1冊も「読まない」とした人が、前回調査から大きく増え、初めて6割を超えたことが、文化庁の調査で分かった。一方、本を1ヶ月に1冊以上読む人は36.9%で、前回より15.7%減った。スマホやSNSの利用に押され「読書離れ」が加速しているのではないかと分析している。(2024年9月18日読売新聞 抜粋・省略)

今月行われた県内高校生の読書調査において、本校2年生においても上記記事と同様の結果が読み取れました。読書などは、ちょっとしたスキマ時間にするもので、いつの間にか1冊読み終わってしまうという感覚を私は持っていますが、スキマ時間どころか大事な学習時間や睡眠時間まで奪ってしまうスマホの影響で、能動的な読書体験のない若者が急増していることが不安でなりません。本という文字の海で泳いだことのない人間の語彙力は、どうもがいても貧弱になります。文字を通して目の前にならない世界を思い描いたことのない人間には想像力は育ちません。相手の感情を想像する力のない者同士が、貧弱な語彙力でスマホなどを通してコミュニケーションすれば、誤解や衝突が生じるのは自然の摂理です。上手に使いえば便利なはずのツールも、使い方を誤ると悪影

響しかないということを忘れてはいけません。

スマホなどのデジタル機器は身体への悪影響も指摘されています。目や脳に対する刺激で睡眠の質や学習効果が低下すると言われていきます。勉強を頑張った自分へのご褒美といって寝る前にスマホゲームなどは最悪のようです。人間の記憶は睡眠中に脳内で整理されるので、勉強したらすぐに寝るのが理想だそうです。勉強と就寝の間にスマホの刺激を入れることで、せっかく脳に入った学習内容が消去されてしまうのです。

高校生のスマホ利用はSNSや娯楽としての動画の視聴、オンラインゲームなどが大半だと思われまます。ネット利用は平均1日6時間を超えるという記事もあります(2024年3月31日産経新聞)。それだけ多くの時間を割くことができるなら、せめてその半分の時間でも読書に充ててくれれば、高校生の思考力や判断力の向上、そして情緒の安定に寄与するのではないかと思います。皆さんはどう思いますか。自分でスマホの使用をコントロールできない程になっていれば、スマホ中毒も疑わねばなりません。

中国ではスマホ中毒になった若者を軍隊式の訓練で矯正する施設があるそうですが、そこまで極端なものでもなく、「デジタル・デトックス」という対処法もあります。食事や運動に気を配ることで体内から毒素を排出するように、一定期間デジタル機器を意識して遠ざけることで、ストレスの軽減、睡眠の質の向上、人間本来の五感の冴えなどが期待できるといいます。ものを売ることが大事で、経済最優先の日本では、スマホにとってマイナスの情報が大々的に報じられることはないのですが、だからこそ、特に未来を担う皆さんは、自分の身は自分で守る術を身につける必要があるのです。デジタル・デトックスをしながら読書。これが今私が与論高校生に取り組んでもらいたい事柄です。若い時代の読書ほど後の人生の肥やしになるものはないということも覚えておいてください。