笈瀬中学校の生徒の皆さん、元気に過ごしていますか。先週8日には久しぶりに皆さんの顔が見られて、とても嬉しく思いました。

3ヶ月も臨時休業が続く今、毎日皆さんが登校して共に学校生活を送ることがどれだけ貴重でありがたいことであったかを改めて感じています。

入学・進級して、新しい学年・学級でこんなことをやってみたい、こんな1年にしたい、と思いついて描いていたことができず、もやもやした思いを抱いている人もいるでしょう。家にずっといて、課題もなかなか進まず、ストレスを感じている人もいるのではないのでしょうか。

日々見聞きするニュース等の情報でも、明るい話題が少ない中、どうしても考え方も悲観的になりがちです。しかし、人間は、ネガティブなことを口に出していると、そういう方向に自然に向かってしまいます。だから、大変な状況にあるときこそ、ポジティブな言葉を使い、自分の行動を良い方向に導いていく必要があります。「自由に出かけられるようになったら〇〇に行こう」「学校が始まったら□□をしよう」など、これから先、楽しみなことを考えましょう。そして、「その時のために、今は我慢して家で◇◇しよう」と自分の行動も、未来に向けた前向きなものにしていきたいものです。

この状況がいつまでも続くわけではありません。明けない夜はないように、この非常事態からも近々解放される時が来ます。笈瀬中の先生や職員も、皆さんが学校に来られるようになる日のために、授業をはじめ様々な準備をして待っています。

皆さんも、できるだけ学校に登校する日と同じような生活リズムで過ごし、身体と心の調子を整えてくださいね。

校長