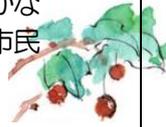


たくましく  
心豊かな  
地球市民



瞳かがやく 附属松本中の子ら

# すずかけの森

令和7年6月10日（火）

信州大学教育学部  
附属松本中学校  
学校だよりNo.3



6月に入り、教育実習や中体連中信大会、そして今週 12・13 日には前期中間テスト・3年復習テスト②を控え、忙しい日程のなかですが、附属中には元気な生徒たちの声が溢れています。

5日は、本校の伝統行事である梅取り・菊づくりを全校で行いました。当日は、教育実習の先生方や大学の国際共修の授業で本校を定期的に訪れている留学生、附属幼稚園の園児たちも参加し、文化や世代を越えた多様なつながりを感じられる貴重な時間となりました。収穫した梅は、地域の方や保護者の皆様に販売を行い、多くの方に購入していただくことができました。

以下は、6日に行われた校長講話の内容をまとめたものです。牧野校長先生より、夢の実現のために必要なことについて、お話をいただきました。



## 自分の弱い心を跳ね除け、自分の意思を貫く

～牧野校長先生のお話より～

前回の校長講話では、たくましく 心豊かな 地球市民という学校目標の、「たくましく」という部分。特に、身体のとくましさはもちろんですが、心のたくましさも大切であるという話をしました。心のたくましさは、夢をあきらめない心であり、まず夢を持つ大切さについて、大谷翔平選手の曼荼羅チャートを用いて話をしました。

そして、「夢なき者に理想なし、理想なき者に計画なし、計画なき者に実行なし、実行なき者に成功なし、故に夢なき者に成功なし。」という吉田松陰の言葉から、1年生には理想をもつこと。2年生には計画を立てること。3年生には実行することを提案しました。皆さんはどうでした？できましたか？

1年生で、夢から理想を立てた人举手してください。

2年生で、夢から理想、計画まで立てた人举手してください。

3年生で、夢から理想、計画から実行までした人举手してください。

举手できた人は、夢に向かって歩んでいると感じます。

夢はかなわないから夢であるという人もいます。夢を夢で終わらせるか、夢を実現するかは本人次第です。しかし、わかってはいるけれど、行動できない気持ちもわかります。この状態は、自分の意思で自分が行動できていないということになります。つまり、あなたが、「自由」でないと言えます。夢をあきらめないたくましさを身に付けるために、今日は「自由」の話をします。

「自由」という言葉を使いました。皆さんは「自由」とはどんなものだと考えていますか。「自分のやりたいことができる」と考えている人が多いでしょう。人によっては、ルールや親、先生を跳ね除け、自分のやりたいことができると思った人もいるかもしれません。もちろん、そのような考え方もあってよいと思います。

しかし、私は別の視点から考えています。夢を実現するために自分がやるべきことができないという視点から考えると、「自由」とは、「自分の弱い心を跳ね除けて、自分のやりたいことができる」状態ではないかと思いません。



「自由」とは何か？

自分の弱い心を跳ね除け

自分の意思を貫くことができる

具体例を用いて説明します。夢に向かって努力するために、朝起きたいと思う人もいます。しかし、自分の弱い心「もう少し寝させて」を跳ね除けた人が、自分の意思で行動できるわけです。ほかにも、夢に向かうために、集中して勉強したいと思う人もいます。しかし、弱い心、「ゲームしたい」「SNSしたい」を跳ね除けなければならないのです。わかりますか。自由とは何か、自分には、自分の意思と自分の弱い心があります。先の例でいえば、夢のために、「朝起きる」、「勉強する」という意思があるでしょう。そして、「もう少し寝させて」、「ゲームやSNSしたい」という弱い心があるわけです。ここで、弱い心に負けてしまうと、自分は弱い心に支配され、寝てしまったり、ゲームやSNSをしてしまったりするわけです。こういう状態の人は、「何で起きないの」とか「勉強しなくていいの」と突っ込まれると「わかってる」と言います。その通りです。わかっているのです。わかっているけれど、弱い心に自分が支配されているからできないのです。この自分のやりたいことができない状態だから、私は不自由な状態であると思うわけです。自由な状態とは、自分の弱い心に自分の意思が打ち勝ち、やりたいことができる状態だと思います。そしてその先に、夢の実現があると思います。

もう少し例を考えてみましょう。「部活に真剣に打ち込みたい」という人がいるでしょう。ここにも、弱い心がいます。「もう、疲れた」という弱い心を跳ね除けなくてはなりません。日常生活にも、弱い心はいます。「最後まで清掃する」ということはわかっている。しかし、「めんどくさい」を跳ね除けなければならないのです。「健康的に痩せたい」と思っている人もいます。実は先生も同じです。しかし、弱い心「お腹一杯食べたい」や「お菓子食べたい」を跳ね除けなければ、実行できないのです。

夢に向かって、自分のやりたいこと、それを阻む自分の弱い心を考えてみましょう。夢でなくても、日常生活でもいいです。考えてみましょう。

今発表できなかった人の中には、自分の「意見を発表したい」という気持ちがあった人もいたと思います。しかし、「恥ずかしい、笑われる」というような弱い心に負けてしまったのだと思います。

自由とは何か、自分の弱い心を跳ね除け、自分の意思を貫くことができる状態だと思います。ただ、人によっては、自分の意思が強すぎて、弱い心を小さくしすぎる人がいます。たまには、自分を甘やかすことも大切で、バランスも大切にしてください。

今日は、自分の弱い心を跳ね除け、自分の意思を貫くことが、夢をあきらめないたくましさを育むという話をしました。

夢を叶えるために、  
弱い自分に負けるな！

