



四中だより

令和7年(2025年)

12月1日(月)

豊中市立第四中学校

2025年もあとひと月です



早いもので12月です。日記をめくって一日一日を振り返ると、今年もなかなか濃厚な一年でした。しかし、昨年の大晦日の紅白歌合戦で、Bzが数曲でNHKホールの雰囲気を一変させたことに感動してから、もうひと月で一年なのかと思うと、あまりの速さに驚いてしまいます。

AI回答によると、一年が早く感じるのは、主に「ジャンネーの法則」という心理現象と、「新しい体験の減少」が原因で、年齢を重ねるごとに、一年が人生全体に占める割合が小さくなるため、体感時間が短く感じられるのだそうです。

子どもの頃は、学校行事や部活動、旅行など、初めての体験が次々と訪れます。しかし、大人になると日常生活がルーティン化し、新しい刺激が減る傾向にあります。人間は新しいことを経験したときに時間を長く感じるため、刺激の少ない大人の日常では時間が早く過ぎると感じやすいのです。

また、最近の研究では、「脳の働き方の変化」も時間の感じ方に影響している可能性が指摘されていて、脳は出来事を「エピソードのまとまり」として処理していて、年齢とともにこの処理の仕方が変化することが、時間の流れを早く感じる理由の一つと考えられているとのことです。

体感時間を遅くするには、

- 新しい趣味を始める
 - 未経験の分野に挑戦する
 - 日常生活に変化を加える
- といったふうに、日々に新しい刺激を取り入れることが有効なのだそうです。

ちなみに、ジャンネーの法則とは、19世紀のフランスの哲学者ポール・ジャンネが提唱したもので、「人生のある時期に感じる時間の長さは年齢の逆数に比例する」と説明され、例えば、10歳の子どもにとっての1年は人生の10分の1ですが、60歳の大人にとっては60分の1となり、相対的に短く感じられるのだそうです。 ←ほぼAI回答のまま

本当にAI(人工知能)って、賢いですね。これを使いこなさず、負けない「人間にしかできない」ことを発揮しなければいけない君たちは大変です。使えるものは使った方がいいんです。でもAIの奴隷にはならないでください。人間らしさが問われる時代の到来です。

各学年の12月の主な行事

- 全学年： 防犯訓練（8日）・生徒議会（9日）・三者懇談（16～22日）
学年集会（23日）・終業式（24日）
- 1年生： 合唱祭（12日）・誕生学（16日）
- 2年生： 共生教育（1日）・職場体験学習報告会（11日）
人権平和学習（15日）
- 3年生： 進路検討委員会（12日）…一人ひとりの進路を先生らで検討します。

いま、自分と向き合うとき。

竹のしなやかさは、節がしっかりしているから。

スポーツ推薦で進路を決めている3年生の校長面接を数日前からしています。

初めての面接で、ものすごく緊張している人もいます。

でも緊張するということは、真剣に取り組んでいるからです。

上手でなくても、一生懸命に、真面目にやろうという気持ちが伝わってくる人には、つい、何かしてあげたい、助けてあげたい、力になってあげたいという気持ちが動くものです。テクニックではなくて、気持ちが大事（大切）だと思う時です。

どこから始めればいいのか、いまからやっても…、わからないところがわからない、もう投げ出したい。調子に乗っている自分、自暴自棄（じぼうじき）な自分、卑屈（ひくつ）になっている自分、認めたくない自分、どれも自分の姿です。

特に3年生にとって、しばらくは「しんどい」時期でしょう。

楽なことばかり考えずに、今の自分を振り返って、今までを振り返って、「いま」の自分と向き合うのが、この何か月です。 May I help you ?

節目の時期というのでしょうか、卒業、そして次の進路に向かうときに、きちんと今の自分にケリをつけることは大切なことだと考えています。

木にはなく、竹にあるのが「節」です。雪がたくさん積もっても、すぐに折れてしまわない竹のしなやかさには、節が関係しています。

少々のことでは折れない自信、そして進路を自分の力で勝ち取っていく。そのために、今、必死であがきましょう。「あがく」は「足掻く」と書き、馬が前に進もうと前足で地面をかく動作が語源です。

もしも次の進路でつまずいたときに、少々のことではあきらめられない、手放したくないと思えるくらい、もう二度とこんなしんどい目はしたくないと思えるほど、価値あるものを手にするために、「今」を大切にしてください。

人はやり直しは何度でもできるけど、いい加減なやり直しは、お勧めできません。

しっかり節目をつけて、しなやかで折れない竹になってくれ、と願います。