

七条中学校だより夏休み8号

京都市立七条中学校

令和8年8月24日

発行：校長 林 秀雄

「早起きは三文の徳」 ～2 学期を気持ちよくスタートするために～

長かった夏休みも、いよいよ残り 2 日となりました。皆さんはこの夏休みをどのように過ごしたでしょうか。目標に向かって頑張った人、家族や友人との時間を大切にしたり、部活動や習い事に打ち込んだ人など、それぞれに充実した夏を過ごしたことと思います。

さて、2 学期を迎えるにあたって、ぜひ確認してほしいことがあります。それは「生活リズムを整えること」です。夏休み中は、つい夜更かしをしたり、朝遅くまで寝たりしてしまいがちです。しかし、学校が始まると、これまでとは違う生活のペースになります。始業式の日眠そうな顔で登校するのではなく、気持ちよくスタートを切るためにも、この 2 日間で学校モードに切り替えていきましょう。

昔から日本には「早起きは三文の徳」ということわざがあります。三文とは昔のお金の単位ですから、「早起きをすると少し得をする」という意味です。しかし、このことわざは単にお金の話をしているではありません。早起きをすると、朝の時間に余裕ができます。朝ご飯をしっかり食べることができます。慌てることなく準備ができます。そして何より、心にゆとりをもって一日をスタートすることができます。反対に、ぎりぎりまで寝ているとどうでしょう。急いで起きて、慌てて準備をし、朝食も十分に食べられず、何となく気持ちが落ち着かないまま一日が始まります。最初の 1 時間目から集中できないこともあるでしょう。

実は、早起きの「徳」とは、このような心と体のゆとりなのかもしれません。私たちの脳や体は、規則正しい生活によって本来の力を発揮します。夜は少し早めに寝て、朝は決まった時間に起きる。この当たり前の習慣が、学習にも部活動にも、そして皆さんの健康にも大きく影響するのです。

2 学期は、合唱の部や体育の部、生徒会活動など、多くの行事があります。クラスや学年の仲間と協力しながら、大きく成長できる学期です。その第一歩が、生活リズムを整えることです。ぜひ今日から、「学校がある日と同じ時間に起きる」ことを意識してください。早起きは三文の徳。この 2 日間で心と体の準備を整え、始業式の日には元気な笑顔で登校してくれることを楽しみにしています。皆さんと 2 学期のスタートを迎えられることを、先生方みんなが待っています。

なぜ転職の CM が増えているのだろう？

最近、テレビを見ていると転職サイトや転職エージェントの CM をよく目にします。皆さんのお父さんやお母さんが中学生だった頃、あるいは私が若かった頃の日本では、「一度会社に入ったら定年まで勤める」という働き方が一般的でした。同じ会社で長く働くことが信頼につながり、「終身雇用」と呼ばれる仕組みが日本社会を支えていました。では、なぜ今は転職の CM がこれほど増えているのでしょうか。実は、その背景には社会の大きな変化があります。昔は、学校を卒業し、会社に入れば、そこで長く働き続けることができました。しかし現在は、社会や技術の変化のスピードが非常に速くなっています。

例えば、皆さんが生まれた頃には当たり前になっていたスマートフォンも、30 年前には存在しませんでした。今では AI（人工知能）が文章を書いたり、画像を作ったり、翻訳をしたりする時代です。新しい技術が生まれると、それまでなかった仕事が誕生する一方で、変化していく仕事もあります。そのため、「今の会社ですっと働く」よりも、「自分の力を高めながら、より自分に合った仕事や新しい分野へ挑戦する」という考え方が広がってきました。また、日本では少子高齢化が進み、働く人の数が減っています。企業は優秀な人材を求めるようになり、働く人も「自分に合う職場を選ぶ」という時代になりました。つまり、会社が人を選ぶ時代から、人も会社を選ぶ時代へ変わってきているのです。

皆さんが大人になる 2050 年頃はどうなっているのでしょうか。私は、一生の間に何度も仕事を変えたり、複数の仕事を持ったりする人が今以上に増えるのではないかと思います。AI やロボットがさらに発達し、今は存在しない職業がたくさん生まれているでしょう。そのとき大切になるのは何でしょうか。それは、特定の知識だけではなく、「**学び続ける力**」です。

学校で学ぶ数学や国語、英語、理科や社会はもちろん大切です。しかし、それ以上に大切なのは、新しいことに興味を持ち、自ら学び、挑戦し続ける姿勢です。これからの時代は、卒業したら勉強が終わるではありません。社会に出てからも、新しい知識や技能を学び続けることが当たり前になります。皆さんが今取り組んでいる探究活動も、その練習です。疑問を持ち、自分で調べ、考え、行動する力は、どんな時代になっても皆さんを支えてくれるはずです。転職の CM が増えているのは、単に働く場所を変える人が増えたからではありません。その奥には、「変化の激しい時代を、自ら学びながら生きていく社会」が広がっていることを示しているのです。

皆さんにはぜひ、「どんな仕事に就くか」だけでなく、「どんな時代になっても学び続けられる人になるにはどうすればよいか」を考えてほしいと思います。それこそが、未来を切り拓く最も大きな力になるのです。