

令和3年度 第2学期終業式式辞

長かった2学期も、今日、終業式を迎えました。

2学期は、新型コロナウイルス（デルタ株）が8月半ばから全国的にまん延するなかでスタートしました。そうしたなか、生徒会・文化祭実行委員会の皆さんの献身的な努力や生徒諸君の感染対策への協力もあって、文化祭を無事に開催することができたことは、奈良学園の感染対策意識をさらに高め、その後の授業や学校行事にもいい影響を与えたと思っています。

その2学期の皆さん個々の成績が昨日までの三者懇談で示されました。順調に学んだことを身につけている人、なかなか学んだことが定着できていない人、また、毎日の生活リズム（生活習慣）が確立できている人、遅刻や欠席が増えてしまっている人、さまざまです。学校に遅れずに登校したいけれども、体調が整わずに通院をし、自分の調子と相談しながら頑張っている人がいることも理解しています。

私は、成績の伸び悩みや欠席や遅刻が増えている人の要因として、スマホ依存やそれに似た状態に陥ってしまっていないかと心配しています。今一度、学校生活以外の自由な時間で、どれくらいスマホに触れているか点検してみてください。

今年（2021年）のベストセラーが、スウェーデンの精神科医アンデシュ・ハンセン氏の「スマホ脳」になったと先日報じられました。

「スマホ脳」によると、10代の若者は平均して一日4～5時間スマホを使用し、若者の2割は7時間使用しているとのこと。

スマホは現代の社会においては、便利な通信媒体で情報収集にも欠かせないものですが、使い方次第では、たとえば、

- ・人との連絡が直接的な会話ではなく、フェイスブックなどのSNSのみに頼ることで、どんどん孤独化していること
- ・スマホのスクリーンを見たり、ネットゲームをしたりする時間が長いほど、ブルーライトを多く浴びて睡眠障害を引き起こし、集中力や記憶力が低下すること
- ・インスタグラムやフェイスブックのユーザーの3分の2が、自分に対する満足度が下がっていること

など、多くの問題点が指摘されています。また、「IT企業のトップは、自分の子供にはスマホを与えない」とも。

そして、現在のデジタル時代へのアドバイスとして、

- ・自分のスマホ使用時間を正しく知り、スマホでなくてもいい機能はスマホ

を使わないようにすること

- ・学校以外の時間でも、毎日最低2時間はスマホオフにし、そのことを友達などにも伝えておくこと
- ・人と会っているとき（一緒にいるとき）は、スマホを見ないで（マナーモードにして）、相手に集中すること
- ・寝るときはスマホを別の場所におき、目覚まし時計を使用するようにすること

などが、上げられています。

知らず知らずのうちに、スマホにコントロールされないように、アドバイスを実践してもらいたい。

もう一つ、2021年を振り返ると、日本において地震による甚大な災害は発生しなかったものの、2月に起こった福島・宮城での地震は震度6強で住宅20棟が全壊しました。また、全国各地で震度5弱以上の地震が8件発生しています。7月には静岡県・神奈川県での豪雨、8月は九州（長崎・佐賀県）での豪雨で合計48名の方がお亡くなり、8月の西日本での降水量は1946年の気象観測開始以来、最高を記録しました。

世界に目を向けても、豪雨による自然災害で100名以上が亡くなられたケースが、インドネシア、ドイツ・ベルギーなどのヨーロッパ中部やアフガニスタンでも発生し、世界各地でこれまでにない規模の山林火災も起こっています。

また、先日もアメリカ南部ケンタッキー州で竜巻による大きな被害もありました。これらのすべてが、地球温暖化に起因しているとは言えませんが、少なくとも影響していることは間違いのないでしょう。とすれば、自然災害といえども人災と言えるかも知れません。

私たちには自然災害は止められませんが、災害の規模を少なくする「減災」は、私たち一人一人の意識次第で可能です。また、君たちのなかから、そうした地球的規模の課題に対しても果敢に挑んでくれる人材が現れることを期待しています。

今年のノーベル物理学賞を受賞された真鍋淑郎（まなべしゅくろう）先生は、今から50年以上も前に「地球の気候をコンピュータ上に再現する方法を開発し、エネルギーの使用で排出される二酸化炭素（CO₂）が大気中に増えることで、地球温暖化が起きる仕組みを数値で明らかにされました。さらに大気中の現象だけではなく、海流と海水温の現象が気象に与える影響をも考え、大気・海洋結合モデル」と呼ばれる計算方法を開発され、それが現在の地球温暖化データの基盤となりました。

真鍋先生は受賞記念講演の中で「若い人には、本当に自分のやりたいこと、

好奇心を満たすような研究をやってほしい。自分の得意なことをやれと。興味があって得意なことをやれば、一生、楽しい人生を過ごせるので、そういう具合に研究してもらいたい」と話されました。皆さんは、自分自身の進みたい道が見えていますか？ 新年を迎えるに当たってあらためて自分の進みたい方向を確認してください。

高校3年生の皆さん、皆さんにとっていよいよ・・・の時期を迎えました。これまで身に付けたさまざまな知識を相互に関連づけ、演習を通してテストへの対応力を一層高めるなど、現役生である皆さんの力は、これからの期間で間違いなくまだまだ伸びます。行きたい進路をしっかりと見据えて、自分の力を信じ、冬休み、三学期と努力を続けてください。

最後に、この冬休み、新型コロナウイルスとりわけオミクロン株の感染拡大がたいへん気になるところですが、これまで同様感染対策を万全にし、事故なく安全に過ごして、良い新年を迎えてください。