



生駒市立上中学校

校長室だより

第10号 令和8年1月30日

校長 眞井 英司

奈良県生駒市上町 3000 番地

二月三日は節分です。

早いもので、カレンダーは二月を迎えます。暦の上ではまもなく「立春」となりますが、実際には一年で最も寒さが厳しい時期でもあります。校内でも体調を崩す生徒がちらほらと見受けられますが、皆さんは大丈夫でしょうか。手洗い・うがいの徹底はもちろん、十分な睡眠と栄養を心がけ、この冬のラストスパートを乗り切ってほしいと思います。

さて、立春の前日である二月三日は「節分」です。家庭で豆まきをする光景も少なくなったかもしれませんが、「鬼は外、福は内」という言葉は誰もが知っているでしょう。では、そもそもなぜ「鬼」を追い出すのでしょうか。

古来、災害や疫病といった、人間の知恵では抗えない災厄はすべて「鬼」の仕業だと信じられてきました。しかし、現代を生きる私たちにとっての「鬼」は、外からやってくる恐ろしい怪物というより、実は自分自身の心のなかに潜んでいるものではないでしょうか。

仏教では、人間の心の乱れ(煩悩)を「五色の鬼」に例えて説明することがあります。

- 赤鬼……抑えきれない怒り、自分勝手な心
- 青鬼……欲張りな心、他人を恨む気持ち
- 黄鬼……自分への甘え、わがまま
- 緑鬼……だらだらと過ごしてしまう不摂生な心
- 黒鬼……他人を疑う心、どうせ自分なんてという卑屈な気持ち

中学生という多感な時期、心も体も変化していく中で、こうした感情が芽生えるのは決して特別なことではありません。イライラしたり、誰かを羨んだり、楽な方へ流されたりするのは、人間としてごく自然な反応です。恥じる必要はありません。大切なのは、自分の中に「今、鬼がいるな」と気づき、それをどう律していくか、つまり自分をどうコントロールするかという一点に尽きます。

特に、いよいよ入試本番という大きな山場を迎えている三年生。今の皆さんの心の中には、正体の見えない「不安」という名の黒鬼が顔を出しているかもしれません。しかし、これまで皆さんが積み重ねてきた努力は、何物にも代えがたい「力」となっています。自分の中の弱気な鬼に飲み込まれることなく、自分を信じて、持てる力を出し切ってくれることを切に願っています。



上中学校 地域協働本部の活動報告

生駒市内の学校は「コミュニティ・スクール」として、保護者や地域の皆様と協力し、「地域と共にある学校づくり」を目指しています。本校でも多くの方々が活動を支援してくださっています。

○花いっぱい活動(6月27日・11月28日)「はなのまちづくりセンター ふろーらむ」やサポーターの方々のアドバイスを受け、保護者と整美委員会が寄せ植えを行いました。玄関先には、四季折々の花が彩りを添えています。

○図書館開放(7月28日・29日)保護者だけでなく地域の皆様にも本校の図書館をご利用いただけるよう、夏休みに特別開放を実施しました。

○大人の読書会(7月28日) 同じテキストを読み合い、感想や気づきをシェアすることで、新しい視点に出会う豊かな時間を過ごしました。

○上中ゆっくりねっと(7月17日・10月16日・2月19日予定)学校へ行きにくい生徒の保護者同士が、悩みや思いを共有しつながらる場を毎学期開催しています。

この他にも、家庭科(調理実習・ミシン)の授業サポート、放課後学習会の見守り、家庭科部での技術指導、そして毎月の図書・花壇整備など、多くのサポーターの皆様を支えられています。いつも本当にありがとうございます。

