



学校通信

夕陽丘 第40号



【校長挨拶】



天行健君子自彊不息

校長 杉山 友重

第67期生の皆さん、卒業おめでとうございます。

夕陽丘高校の3年間はどうか。様々な思い出が走馬灯のように去来していることと思います。楽しかったこと、苦しかったことなどいろいろな事があったと思いますが、すべてのものを夕陽丘の宝物として大切にしてほしいと思います。

さて、校長室に上の写真の書があります。この書は、明治時代の三筆と呼ばれ、近代書道の確立者の一人として知られる日下部鳴鶴(くさかべ めいかく)氏の作品です。このような素晴らしい書が本校にあるというのも、やはり、今年創立110年目を迎える伝統校だからこそだと思います。

「天行健君子自彊息」は中国古代の書物「易経」の中にある言葉で、「天行健(てんこうけん)なり、君子はもって自ら彊(つと)めて息(や)まず」と読み下します。

「天行健(てんこうけん)なり」は、天地(自然)は悠久の時を経て、規則正しく健全に運行されていくという意味です。そして、「君子はもって自ら彊(つと)めて息(や)まず」は、君子(学識・人格ともに優れた人物)も、自ら努めて学問に励み人と交わり、怠ることなく規則正しく健全に勤めなければならないという意味です。

私は、この言葉にある「天地(自然)」が夕陽丘高校、「君子」が卒業生や在校生の皆さんだろうと思っています。

夕陽丘高校は1906年に創立され、女学校1期生から未来に向けて連綿と糸が紡がれ、現在も変わることなく夕陽丘の精神が受け継がれています。これからも変わることがないでしょう。

卒業生の皆さん、3年間の学校生活を礎に、現状に満足せずに常に自分を磨き新たな自分を創造していきましょう。そして、1、2年生の在校生の皆さん、未来を見つめ澁刺とした学校生活を送ってください。

健やかな夕陽丘高校、健やかな皆さんを誇りに思います。

Yuhigaoka High School Forever

発行 〒543-0035 大阪市天王寺区北山町10-10 大阪府立夕陽丘高等学校

TEL 06-6771-0665 FAX 06-6771-6267 E-mail: z-yuhigaoka@sbox.osaka-c.ed.jp

ホームページ <http://www.osaka-c.ed.jp/yuhigaoka> (題字 森 敏行先生)

【第三学年】より

卒業にあたって 「目的と手段」について

第三学年主任 諸正 邦彦

67期のみなさん、卒業おめでとうございます。

夕陽丘高校の三年間の生活は、みなさんに何をもちましたか。否、みなさんは何を獲得しましたか。キーワードは「絆」です。卒業し新しい進路で再び何かを掴み取ることになります。何を掴み取るかは一人一人異なりますが、何かを掴み取りながらそれを生きる糧としていくのが人間です。高校までは学校という枠の中である種、守られていましたが、高校を卒業し進学（浪人生を含む）すれば大人扱いの社会人です。すべての行為、言動に厳しい責任が求められます。この責任は言い訳の効かないものです。守ってくれる人はいません。すなわち自らの人生を切り開くのは「私自身」であるのです。もちろん今までも自らの人生を歩んで来たわけですが、しかし、それは社会からの要請を受けての歩みです。社会や親、学校の先生から期待をこめられ「～しなさい」「～してはいけない」という枠の中での歩みだったのです。社会に生きていくための生き方を要請されてきたわけです。しかしこれからはその学びを土台として社会参加する生き方を自らの力で学び蓄積し生きていくことが求められてきます。ルネサンス期イタリアのピコ＝デラ＝ミランドラは「地上のすべてのものは、定められた法則にしばられている。しかし、人間だけは、みずからの自由な意志によって、自分がなりたいと思うものになるようにつくられている」と述べています。生き方の選択、ピコは「人間は植物や動物にも、天使や神に近い存在にもなれる可能性」を持っていると指摘しています。選択出来るのが人間の尊厳です。ところで、選択するためには、選択する根拠が必要になります。古代ギリシアのソクラテスは「無知の知」を訴えています。「知」を愛し求める姿勢です。またフランスのモラリストのモンテーニュは「私はなにを知るか（ク＝セ＝ジュ）」と問いかけています。この問いかけは人間の恣意・傲慢・独善を厳しく戒め、寛容・謙虚・誠実・真摯な生き方を私たちに問うています。私たちは何を知っているのでしょうか。何を知りたいのでしょうか。何を知りうる事が出来るのでしょうか。功利的追求の知識は単に手段でしかありません。私たちは一人切りでは生きて行くことが出来ない存在です。私の存在は絶対ですが、他者の存在もまた絶対です。絶対と絶対が存在する世界は自己中心の恣意的自己主張では成り立ちません。共に生きる共感、他者を尊重し受け入れる寛容さが今こそ求められていると思います。ユダヤ人哲学者のレヴィナスは、「私は他者の呼びかけに無限の責任を負う」といい、他者との絆を保つことの重要性を指摘しています。和辻哲郎も人間を「間柄的存在」と捉え絆の重要性を訴えています。高校を卒業し新しい社会において、「人として生きる」「人間とは何か」を一度考えてみて下さい。「人としての生き方」を学ぶ機会に恵まれるように期待しています。

最後にカントの言葉です。「あなたの人格、ならびにあらゆる他人の人格に備わっている人間性をつねに同時に目的としてとり扱い、決して単に手段として扱うことのないよう行為せよ。」

普遍的真理は全ての者に当てはまる「正義」です。正義と愛は人間関係の普遍的「絆」です。願わくば、人間関係における「手段と目的」を考察し、「真・善・美」を追求し「正義と愛」の実践者たらんことを願っています。

頑張れ！67期生

「日常六心」です。

- 「はい」という素直な心
- 「私がします」という奉仕の心
- 「有難う」という感謝の心
- 「すみません」という反省の心
- 「おかげさま」という謙虚な心
- 「他者」を受け入れ認める慈愛の心



【第二学年】より

玉も磨かざれば光なし

第二学年主任 井上 恭

68期生のスローガンを覚えていますか。そう『燦』です。スローガンにしては少々短いですが、『鮮やかに輝くさま』という意味でした。希望にあふれて入学してきた君たちに、充実した学校生活を送ってもらい、3年後には一人ひとりが目映いばかりに輝きながら卒業していつてくれるようにという68期担任団の願いを表しています。ただし、玉も磨かざれば光なし。光なければ瓦石なり。たとえ素晴らしい宝石の原石があったとしても、磨かなければそれが有している光を顕すことがなく、ただの石ころに過ぎないのです。

入学以来、宿泊研修、朝学、週末課題、オープンキャンパス参加や模擬試験の受験など、68期担任団としてさまざまな働きかけを行ってきましたが、これらは君たちという宝石を磨くために行われたものです。この働きかけに応じてきた生徒は着実に自分の夢に近づき、進むべき道ははっきりと見通せていることでしょう。一方、応えてこなかった生徒は夢に近づいていないどころか後退しているのかもしれない。進むべき道は混沌としてまったく見通せないものとなっているのではないのでしょうか。君たちがそのどちらであったとしても、2年が終わろうとしている今、他人が君たちを磨く段階はもう終わりです。次は君たちが自分で自分自身を磨く番です。君たち個々の希望進路は多種多様で、それぞれに必要なことは異なり、私たちが一律に働きかけても君たち全員が効果を感じることはあり得ません。そのため、自分の将来を見すえ、自分に真に必要な物は何かを考え、それに向かって自分で努力する。そういう段階に入ろうとしています。簡単にいえば、これからはやらされている学習から自分でやる学習へと転換が必要となるわけです。

社会に出ればさまざまなことに個として立ち向かわなければなりません。いつまでも外からの働きかけに頼ってはいけません。しっかりと自立し、未来を決定づけるのは現在であることを認識して、自分の責任において現在でできる限りの努力を続けていってください。そうして、自らの手で燦然と輝く未来をしっかりとつかみ取ってください。

【第一学年】より

古今無二路

第一学年主任 草間 義彦

69期の皆さん、最後の考査を終えると、長い春休みが始まります。部活動にも集中できる時期ですが、それだけで終わらずに、本を読む、映画を見る、史跡名所を訪ねるなど、自分の幅を広げる経験をこの休み中に沢山して下さい。様々な経験を積み、感じ、考えることにより、感力を磨き、視野の広い、先の事をしっかり考えられる力を身につけて欲しいと思います。2年生では、新入生が入学し、先輩としてリーダーシップを発揮したり、体育祭や文化祭など様々な行事を学校の中心となり取組んでいかなければなりません。その際に、必要なのは、視野を広く相手の考えを理解し、行動できる力です。4月、新学年が始まるまでに、積極的に経験値を上げ、しっかりと充電して下さい。

そして、君達の本分である学習。「自分の希望の進路を実現するため」という意識をしっかりと持って、取組んでください。夏休みにおこなった「スタディーマラソン」その後継続していますか。

「そんなあったなあ」という声が多く聞こえてきそうですが、受験という壁は、一気には越えることはできません、毎日こつこつと階段を積み上げていくことで、確かなものとなっていくのです。

卒業まで2年となった今、早過ぎるということはありません。この春休み「スタディーマラソン」を再開し、しっかりと学習習慣を確立して下さい。

最後に、表題の「古今無二路（ここんにろなし）」は禅の言葉で、「賢者の行く道というのは、今も昔も同じである。それはどのような道か」といって、今、目の前にある自分の責任を気を散らさずに黙々と果たしていくという道。そのように、今を輝き、今を生きる。そうすれば、その延長線上に結果はついてくると。」という意味です。

さあ、「今を輝く69期」の諸君、まずは、大きな目標を掲げ、目の前の今やるべきことを、一つ一つ丁寧に取組んでいこう。より充実した高校生活のために。

【教務部】より

何れの処か春風 別離無からん

教務部主任 岩元 健

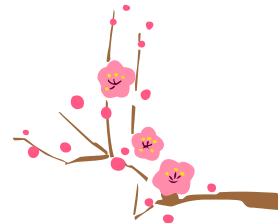
人は別れるために生まれてくる。誰かがこんなことを言った。さよならだけが人生さ。こうも言った。

67期の皆さん、いよいよ卒業ですね。その「卒業」という言葉、英語では **commencement** といいます。**commencement** には卒業という意味のほかにも **beginning** (始まり) という意味もあります。だから、卒業は終わりだけではなく、新たな生活の始まりでもあります。そして、卒業とは、一区切り付ける意味でもあるのです。人は、区切り・けじめをつけることで、人生の節ができ、成長しているのかもしれない。竹に節があって折れないように、人間にも人生の節がある方が、経験豊かで人間の幅が広がります。卒業生諸君、これからはしっかり頑張る、ある意味節くれ立った骨太な人間に成長してください。

さて、春は別れの季節であると同時に、新たな出会いの季節でもあります。4月には前期および後期の入試を突破した320人の新入生がやってきます。在校生の皆さんは、彼ら／彼女らに口ではなく姿勢で、文句を言うのではなく生き方を見せることで、いい先輩となってください。これまでの学校生活を振り返るとともに、自分の人生や進路について考える時間を持ちなさい。また、これまで無事に過ごせたことを保護者や自分を支えてくれた周りの人に感謝する心を忘れてはいけません。新年度に向かって、決意は新たに、視線は遠くに、でも生活はいつものように。君たちがそれぞれ自分らしく素晴らしい高校生活を送ってくれることを願います。

庭上一寒梅	庭上の一寒梅
笑侵風雪開	笑って風雪を侵して開く
不爭又不力	争はずまた力(つと)めず
自占百花魁	自ずから百花の魁を占む

(新島襄)



【進路指導部】より

◇ 行事報告 ◇

● 1年「進路体験セミナー」

10月2日(木)、HRの時間を使って、勤労観・職業観を育成することを目的に「進路体験セミナー」を実施しました。実際の進学先である大学の視点から、その学部で学んだ人がその後どのような職業につき、どのような形で社会人として活躍しているのかをテーマに、各大学の方から話をいただきました。

講師の先生方には、その職業の詳しい説明をしていただいたり、なぜその道に入ったか、入ってから苦労や努力されていること、やりがいを感じていることなどを話していただいたりしました。

● 1年「進路講演」

11月6日(木) ヴィオーラホールで進路講演会を実施しました。今年は佛教大学原教授をお招きしました。進路を考える上で必要なことを多彩な表現でわかりやすく熱心に語って頂きました。多くの生徒は集中して話を聴いており、全体としては有意義な講演会でした。

● 2年「進路講演」

11月6日(木)「大学入試の現状と今後の学習」というテーマで元河合塾の蔵下先生にお話して

いただきました。今、全国の高校生の学習時間が少ないこと、またそれ故に今頑張れば志望校が近づくこと、就職率のことなど、具体的なデータを示しながらわかりやすく話して下さい、生徒達も真剣に聞き入っていました。

● 2年「卒業生を囲む会」

68期2年生に、文、外国語、教育、理工、食物栄養、薬学など9分野に計26名の卒業生（66期生）をお招きして、今の大学生活や、今どんな勉強をしているか、高校のときにどんな準備をしたか、進路選択をどうして決めたかなど様々なお話をして頂きました。各分野には、希望によって10数名から50名以上の生徒が別れて聴かせてもらう分科会形式です。

【保健部】より

ストレスフルな現代社会を生きるために（その4）

今回で、ストレスに焦点をあてたシリーズの最終回になります。前回は、ストレスを感じた場合に生じる「認知の歪み」（不健全な認知）について10パターンに分類して書きました。今回は、ストレスを受けて起こるストレス反応とコーピング（ストレス解消法）について書いておきます。

1. 自分自身のストレス反応に気づこう；自分のタイプを知って、早めに対処することが大切です。

あなたはどのタイプ？

タイプ1 うつ状態になりやすい落ち込み型

嫌なことがあると、憂うつになって食欲がなくなり、やる気がなくなる。人に会うのがおっくうになる。休むことに罪悪感を感じる。何かやらなくてはと思うが、行動が伴わず、さらに落ち込む。→「自分はダメなんだ」と思い込まずに、早めの対処が必要。疲れの原因になっている事は何か整理する。思い込みを見極め、悪循環を断つ。

タイプ2 強迫神経症的になるイライラ型

疲れを自覚しているのに、休日まで頑張る人。頑張っているけれど、いつもイライラしている。根底に「あせり」がある。がんばりすぎ。→力を入れる時と抜く時を意識する。リラックスする時間を作ろう。

タイプ3 疲れを感じられない無自覚型

疲れに気づかない事が多い。仕事し過ぎの大人に多い。頭痛・腰痛・不眠などの身体症状がたくさん出ている。→まず内科で診察を受け、異常がなければ「ストレス反応」と判断。休養と適当に気分転換を試みよう。

2. あなたのコーピング（ストレス発散法）は？

嫌な事がある（ストレスがかかる）のは仕方がないことです。その日のストレスはその日のうちにコーピング（対処、発散）できたらいいのですが、実際にはできないでしょう。なるべく早めに対処して下さい。コーピングとしてたくさんもっているのが良いですが、5つあればまずは大丈夫です。コーピングには2つのタイプがあります。

- ① 問題焦点型コーピング ; 情報を収集して問題を明らかにし、問題そのものを解決使用とする試み。
- ② 情動焦点型コーピング ; 直面している問題にとらわれないように気晴らしをしたり、問題か

その他、料理、歌う、寝る、ガーデニング、掃除、整理、読書、映画を観る、旅行 etc.
自分に合ったコーピングを試して下さい。

両方のコーピングを状況によって使い分けられる人が、コーピング能力の高い人、即ちストレスと上手につきあえる人といえます。コーピングの鉄則には、自分と他者を傷つけないことです。

お勧めのコーピングを書いておきます。

☆泣く……………泣ける本・映画を利用。悲しい気持ちは抑えない。

涙には浄化作用と、ストレスに対抗する物質が含まれている。

☆笑う……………おなかがよじれるほど笑うと good!

ユーモア精神が無い人はストレス度が高い。

軽い腹筋運動にもなり、natural killer 細胞が体中を浄化してくれる。

☆石をさわる…パワーストーン。石には人の魂を沈める効果がある。「めのう」がお勧め。

【音楽科】より

～校内のホールで本格的演奏会を気軽に楽しみましょう～

今年は音楽科設置20周年を記念した事業として、7月に《20周年記念演奏会》をいずみホールにて行いました。そして、12月には、校内ヴィオーラホールにて《20周年スペシャル Week》としまして、12月17日に、ピアニスト・仲道郁代氏、12月19日に、フルーティスト・M.ファウスト氏を招き特別公開講座と公開レッスンを行いました。

仲道さんは国内外の演奏会だけでなくCDなども数多くリリースされていますが、今回の講座でショパンの《革命のエチュード》など馴染みのある曲を演奏していただき、ショパンが当時どのような状況でその曲を作ったのかについてもわかりやすく説明していただきました。また、ドイツの交響楽団でフルートを演奏し活躍されているファウスト氏のフルート演奏は、ホール一杯に広がる虹色の音色で聴く人を魅了しました。

音楽科の特別公開講座は、夕陽丘高校の生徒・保護者の方なら誰でもお越しいただく事ができます。放課後のひとときを素敵な音楽を聴いてゆったりした気持ちになってみませんか？ 来年度も特別公開講座を企画していますので、ぜひヴィオーラホールへお越しください。

♪これまで（12月末以降）の音楽科行事報告♪

1月31日（土） 第158回ピッコロコンチェルティスタ

2月 7日（土） 音楽科3年生演奏会

ウィーンで演奏するプログラムと同じ演目を、研修参加者を中心にヴィオーラホールで演奏します。
入場は自由です
ぜひ聴きにいらしてください!!

♪これからの行事♪

3月10日（火） ウィーン音楽研修旅行 壮行会 14:00～15:00

3月23日（月）～3月31日（火） 第9回ウィーン音楽研修旅行

【国際交流委員会】

The Course We've Followed This School Year

〈4月〉

前期開始時より、新たに2名の留学生（ニュージーランド・モンゴル）が加わる

4月16日（水） オーストラリアの International Grammar School から生徒ら計34名が本校を訪れ、吹奏楽部と音楽交流を行う

4月30日（水） 留学生2名（ニュージーランド・モンゴル）の歓迎会を開催する



〈6月〉

6月10日（火） 留学生が茶道部の活動に参加する

6月25日（水） 帰国を控えている留学生4名（カナダ・ベルギー・ドイツ・中国）の学習発表会を開催する

〈8月〉

夏休み明けより、新たに3名の留学生（中国・カナダ・オーストリア）が加わる

〈9月〉

9月29日（月） 留学生3名（中国・カナダ・オーストリア）の歓迎会を開催する

〈11月〉

KAKEHASHI project により、平成27年3月に生徒12名、教員1名がアメリカへ派遣されることが決定する

〈1月〉

1月13日



学習発表会

【前田純孝賞】 学生短歌コンクール入賞作品発表

とび去りて又つととまるつととまる赤とんぼ一つ墓石の角

この和歌は本校の初代教頭の前田純孝先生の作品です。また、先生は夕陽丘高等女学校の校歌も作詞されています。その先生の功績を記念して、「前田純孝賞」が制定され、今年で第二十回を迎えます。

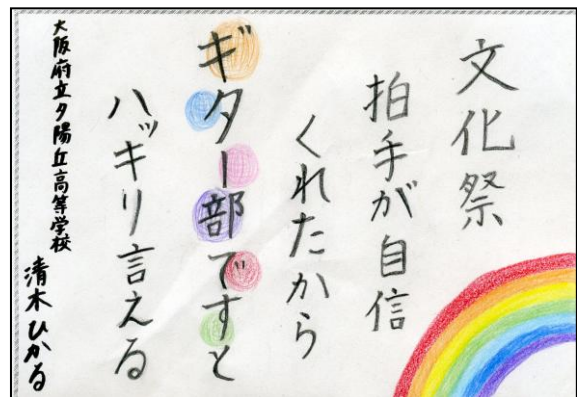
本校からは、毎年多くが生徒が応募し入選しています。本年は、次の人たちが入選しました。

〈 準前田純孝賞 〉

文化祭拍手が自信くれたからギター部ですとはっきり言える 一年四組 清水 ひかる

〈 新温泉町教育委員長賞 〉

あいうえお大きく息を吸い込んで私が私に演る瞬間 二年六組 鈴木 利佳



〈 佳作 〉

外を見てよとよち歩く弟が初めて知った雪の冷たさ	一年四組	高木 郁弥
友人と釣竿もってよどがわに大きな魚狙いにいった	二年六組	一色 竜次
したたる汗鉛筆画板にねり消しごむ敵はモチーフながい戦い	二年六組	山口 はるき
ニュージーランドの夏子供のころから夢を追って東の国にやってきた	二年三組	エイミーギップズ
クーラーのかかった部屋さえ熱くする吹奏楽部の熱い魂	二年一組	渡邊 紗弥香
虫とりあみ汗かきながら追いかける田んぼにうつる弟のかげ	二年八組	石原 芽依

【当面の日程】

- 2月28日（土）卒業式
- 2月26日（木）～3月4日（水）後期末考査
- 3月9日（月）テスト返却
- 3月13～23日
 - 入試に伴う生徒登校禁止、校舎立入禁止
 - などがありますので、気をつけてください。
- 3月20日（金）終業式
- 3月24日（火）新1・2年教科書販売
- 4月 8日（水）新年度始業式

