

# 2021 SHISEIKAN! 10

受験はチャンスだ！

国語科 木本原志



合格を勝ち取り、約束された未来を手にする。こういう、昭和の世界のような古い意味でのチャンスの話ではありません。

人生には、様々な分岐点があります。右か左か、簡単な選択で、その先の彩りが違うだけのようなものもあれば、職業を選ぶ、結婚をする、あるいは家を買う、大きな投資をするなど、将来を大きく変える、リスクを伴うものもあります。

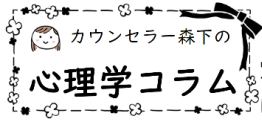
そういうものの中の一つである「受験」は、名実ともにチャンスであると主張したいのです。合格することは喜びに違いありません。たとえ、合格しなくても、

一定の条件さえ整えば、二度・三度あるいはもっとチャレンジできるのです。不合格は不幸なのでしょうか。違います。それまでの努力が何かの形で報われることは、多くの大人が知っています。さらに、受験は、家族や友人などの応援があるのが常です。合否にかかわらず、いや、もしかすると、不合格の方がその支えに気づくことが多いかもしれません。こういう経験をチャンスと言うのは、言い過ぎでしょうか。

さらに、声を大きくして言いたいのは、受験勉強のスタートラインは、他の何より、すべての人にとって平等に近いものだということです。そして、その成果はわかりやすく、個々の実感も様々です。オリンピックに出場したくても、先天的な、その才能などの壁は高いものがあります。仕事で、大きく成功しようとしても、その環境や運などを味方にできる人は限られています。やはり、受験は、素晴らしいチャンスなのです。もちろん、自分なりの努力をせずして、〇×の結果だけ求める人が得るものは貧しいものになるでしょう。

日	曜	10月の予定	※コロナに関する国や県、市等の方針に従い、変更になる場合があります。
1	金	高校】〈後期〉開始 大受】〈後期〉開始 / 英語検定	
2	土	高校】保護者茶話会・オープンスクール	
3	日		
4	月		
5	火		
6	水		
7	木		
8	金	高校】味噌天神ボランティア清掃 大受】記述模試	
9	土		
10	日		
11	月		
12	火		<p>■高等学院</p> <p>秋休みが明け、〈後期〉授業が始まりますので、後期の時間割を確認のうえ、予定をしっかりと組んでください。</p> <p>また、<u>10月25日(月)</u>は志成祭が行われます。本番を成功させるために、生徒会を中心に準備に励んでください。</p>
13	水		
14	木		
15	金	高校】情報処理検定	
16	土		
17	日		
18	月		
19	火		
20	水		
21	木		
22	金	高校】志成館準備(味噌天神例大祭) 大受】休講	
23	土		<p>■大学受験科</p> <p><u>10月8・9日(金・土)記述模試</u></p> <p><u>10月29・30日(金・土)マーク模試</u></p> <p>受験本番に向けて、記述とマークの模試が予定されています。自分の受けなければならない科目を確認し、本番と同じ緊張感をもって受けられてください。</p>
24	日		
25	月	高校】志成祭 大受】休講	
26	火		
27	水		
28	木		
29	金	大受】共通テスト模試	
30	土		
31	日		

※10月1日(金)より、後期授業開始

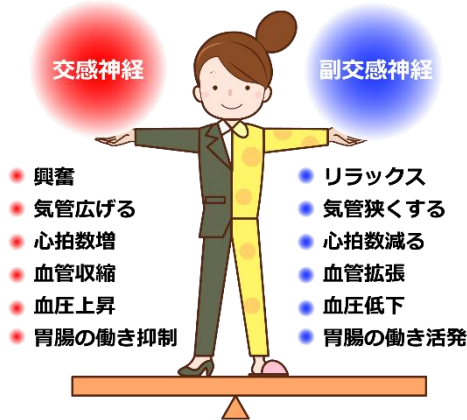


カウンセラー森下の

## 心理学コラム

自律神経が整うと、心の状態が安定することは知られていますが、実は免疫力もアップするのです。感染拡大防止が課題となっている今、自律神経を整えるアプローチは効果的な感染症対策として注目を集めています。

まず、自律神経って何ぞや？という方のために簡単に説明します。自律神経というのは、人間の“呼吸”や“全ての内臓器官”といった、私たち人間のライフラインを支えている重要な神経です。自律神経は“交感神経”と“副交感神経”の2つから構成されています。（↓下図参照）



どちらかが極端に優位になることなく、車のアクセルとブレーキのようにバランスよく機能している状態が『自律神経が整っている状態』と言えます。

自律神経を乱れさせる要因はズバリ“ストレス”です。好きな音楽を聴いたり趣味の時間を大切にするなど、普段の生活の中に“メンタルケア”の要素を取り入れていくといいですね。

## 不要不急な読書の秋

小堀 翔



読書の秋です。役に立たない本を読みましょう。かつては大学生たるもの、在学中に自身の背丈ほどに積み上げた本を読むべしとされ小堀も熱心に読書しました。しかし先輩から「君は歴史の本しか読まない。それではだめだ。これから君が会う人たちがみんなが君と同じように歴史に興味があるとは限らない」と言われ、ハッとした思いでした。それ以降は自身の専門以外の本でも、世の中ではどんなことが流行っているのかも気にしながら本を手取るようになりました。これからも皆さんの話題についていけるように、いろいろな情報を仕入れ続けたいと思います。というようなワケで、（一見、自分にとってすぐには）役に立たない（とってしまうような）本を読みましょう。

## へっぽこハンター甲斐先生の 趣味のお部屋



どうも、甲斐です。

楽しみにしていた夏期休暇中のアニメ・ゲーム三昧計画が度重なるトラブルにより頓挫して、その穴を埋めるべく少しずつ毎日、子供を寝かしつけた後で睡眠時間を削り、アニメやゲームの時間に当てています。

しかしながら、私は普通の人よりも睡眠を長くとる必要がある人間なので11時までには確実に就寝、というか睡眠状態に入る必要があります。ここ最近、フリータイムと睡眠を上手に両立させるために行っている。

それは、頭のつぼマッサージです。寝る前のブルーライトは興奮作用があるからダメと言われていますがこれを行うと目やコメカミ辺り、首周りの筋肉の緊張が解けます。そして、気持ちのいいあくびを誘発します。押ししたり揉んだりする箇所はうなじの周り、コメカミの辺り、頭のとっぺんらへんです。息をいっぱい鼻から吸って、口からふーッと息を吐きながら指先でキューッとしたり、揉んだりします。私は専門家ではないので適当に該当箇所っぽいところを押ししたり、揉んだりします。いちいち場所を気にするとリラックスできないので適当にやっています。あたりの場所ならば、筋肉の緊張が解けていくのがわかります。頭のとっぺんを押す時は目を閉じていれば、自然と引きずられて目が開くのでわかりやすいです。

このマッサージのおかげで、ある程度助かっています。何かテクトーで嘘くさいけど、結構効きます。跡が残るくらいにやらない限りは試してもリスクはないと思います。特に、夏休みに夜更かしをやらかした諸君は是非、お試しあれ！

## しばたの たびにつき。

Shibatano - tabiniki

一生で一度は行ってみたいところ、そんな場所がありますか？いつからか、何で知ったのか覚えていませんが、僕は“ウユニ塩湖”に行ってみたくと思っています。乾期には、塩の結晶により見渡す限り白銀の大地。雨季には、条件がそろると地面が鏡のように空を映しだし、まるで人が空に浮かんでいるよう。「天空の鏡」と呼ばれるその場所は、富士山と同じくらいの高さにあり、熊本県よりも広い大きな塩湖（塩水でできた湖）です。南米にあるポリビアという国にあり、首都ラパスからバスで10時間以上かけて行く秘境…のはずだったのですが、今は飛行機で1時間程度だそうです。とはいっても、特殊な場所にあることはわかりません。富士山と同じ高さにあるので、酸素が薄く、高山病にかかることもあります。また、広すぎてガイドなしでは迷子になる可能性もあるそうです。もちろん、犯罪に巻き込まれる可能性もあるので注意は必要です。それでも、一度は行ってみたいと思えるほどの絶景です。

ちなみに、“日本のウユニ塩湖”と呼ばれる浜があります。香川県にある「父母ヶ浜（ちぢががはま）」というところです。そこにもいつか行ってみたいと思います。

# 志成館・ぐるぐるログ

令和3年度第7回目のぐるぐるログでは、10月25日開催の志成祭で展示する作品の募集をします。絵、写真、書道、プラモデル、その他の製作物等何でも大丈夫です。みなさんの普段の頑張り、楽しみをみんなに見せてほしいです。今回は参考のために、過去の文化祭で展示された作品の写真を載せます。それではぐるぐるウォッチング！



## 志成館

日本航空高校【熊本キャンパス】  
志成館高等学院  
志成館【高認受験科】  
志成館【大学受験科】



〒862-0973 熊本市中央区大江本町7番3号 (味噌天神バス停徒歩0分/味噌天神となり)  
TEL 096-366-1008 FAX 096-371-3871 ホームページ URL: <http://www.siseikan.net>