

今年も残り一週間となりました。みなさんにとってどのような一年だったでしょうか。尼小田プライドに恥じない学校生活を送れましたでしょうか。オープンハイスクールに来校した中学生から憧れられるに値する小田校生だったでしょうか。

さて、先週の土曜日の12月21日は冬至でした。一年で昼が最も短く、夜が長くなる日です。冬至は別名を「一陽来復の日」と言って、冬至は太陽の力が一番弱まった日で、この日を境に再び力が蘇ると言った前向きな意味を含んだ言葉です。冬至を境に運氣も上昇すると言われています。個人的に年末のこの慌ただしい感じが一年の中で一番好きなので、また、未来が明るくなる感じが好きなので、それを受験生である3年生の皆さんに伝えたくて話しています。

冬至の時期に食べる習慣があるのがカボチャです。カボチャに含まれているビタミンAやCは免疫力を高め、ウイルスの侵入を防ぐなどの働きがあります。どうか皆さん、温かいゆず湯と併用して、免疫力アップを図ってください。

この秋は、秋とは思えないほど暖かかったですが、冬はラニーニャ現象の影響で西高東低の気圧配置が強まり、寒さが厳しくなるようです。このような年には、インフルエンザやコロナ等の感染症が流行する傾向があります。以前にも話したかも知れませんが、コロナ禍であった令和3年度のインフルエンザによる県内公立学校の臨時休業は0件です。三密を避ける、手指の消毒、マスクの着用を徹底し、外出先から帰ってからのうがい、手洗いの励行は、感染症対策に大きな効果があるということを私たちは学んだはずです。特に受験生である3年生にとって、感染症は天敵です。体調管理も大切な受験勉強のひとつとして取り組んでください。

受験で言えば、共通テストは22日前、個別試験ももう目の前です。受験生の皆さん、どうか最後の最後まで、高め合える仲間と一緒に、つまらない妥協をすることなく、自分を励まし、自分を鍛え、力を尽くしてください。心から応援をしています。

最後に繰り返しになりますが、年末年始は多くの人が集まる場所へ出かける機会が増えます。事件事故に巻き込まれないように、また、感染防止対策に十分留意して下さい。その上で、家族や仲間と穏やかな時間を過ごし、1月8日の始業式には元気な姿を見せて下さい。皆さん良いお年を。