



福山市立常金中学校
2022年(令和4年)
3月11日 卒業号



保健室連絡封筒に入っているもの

★健康の記録

★生徒健康カード

★心電図検査票

★保健室からのプレゼント「成長の記録」

※自分の名前のもが入っているか確認をお願いします。

保健室からのプレゼント📁「成長の記録」について…

私は通知表を渡すことはできないし、皆さんの前に立って話をする時間も少ないので、ささやかながら一人ひとりに心を込めて「成長の記録」のプレゼントを作りました。

「成長の記録」には、小学校1年生から中学校3年生までの身長・体重を表に記入しています。そして、結んであるリボンには、この9年間で伸びた身長の長さとはほぼ同じ長さになっています。ぜひ、おうちの方にも9年間でこんなに成長したよと教えてあげてください。

私がどうしても伝えなかったことはメッセージカードに書いてあることです。

成長の記録には、私が悩んだときによく聴く、ゆずの「明日天気になあれ」の歌詞の一部を書いています。

私は昔から、周りの人が上手くいったり成果を出したりしているのを見る側にいることばかり。双子なので姉と比べられることも多かったです。勉強は得意でないし、好きな水泳でさえもできないことばかりで、コーチや親に何度も何度も怒られました。

努力できる人や褒められる人、成果を出して輝いているように見える周りの人たちが羨ましい、あの人になれたらどんなに幸せだろうと何度も思いました。

そんな時、この曲を聴いて、「誰かのことが羨ましく思っても やっぱり僕は僕でしかないから」という歌詞に、いくら羨ましいと思っても、他人になることはできないし、もしかしたら、自分のことも誰かが羨ましいと思っているかもしれない…と思いました。

自分は自分でしかない。人と比較して自分を卑下するくらいなら、自分の人生を充実させる努力をすること(いろんな経験をしてそこから学び成長すること、たくさんの人やものと関わり視野を広げること、楽しむこと…なのかなあ。まだまだ“人生を充実させること”がどんなことなのか答えを探しています。)が大事であると思えるようになりました。自分は自分のままでいいのだと少し前向きになれる言葉なのでこの歌詞を皆さんに贈ります。

この先、人と比べる場面はたくさんあると思います。時に「人と比べて自分はダメだな…」なんて思うこともあると思いますが、自分は自分でいいのだと自身を認めてあげることが大切です。

卒業しても元気でね。また、成長した皆さんに会えるのを楽しみにしています!



ゆず『明日天気になあれ』 作詞・作曲：北川悠仁

これで本当によかったのかな？ ふと立ち止まり空を見る
歩道橋の向こう側 見える夕陽が僕らを 今日も染めてゆく

季節変わりは今も 恋した君を思い出します

それでも僕は汗流し走るこの道を 君のいないこの道を
誰かの事が 羨ましく想えても やっぱり僕は僕でしかないから
今日には今日の風が吹くだろう 全てが上手くゆくわけないさ

突然降り出した雨に打たれても 明日は天気になあれ

「生まれ育った街に帰るよ」と 夢に破れた友が言う

誰もそんなに変わりゃしないさ そして僕はあきらめきれず この街にいるよ

本当の幸せって一体何かな？ やっぱり僕は僕でしかないや

不器用にしか生きられなくても そんな君が僕は好きさ

だから涙こぼれ落ちても 明日は天気になあれ

今日には今日の風が吹くだろう 全てが上手くゆくわけないさ

突然降り出した雨に打たれても 明日は天気になあれ 明日は天気になあれ

