



緑丘トピックス

令和4年度

10月27日(木)発行



Date Midorigaoka High School 北海道伊達緑丘高等学校 TEL/FAX 0142-24-3021



『笑う門には福来たる』

校長 保 格 秀 規

2つの伊達緑丘高校閉校記念事業が、お陰様で当初の目的を達成して無事終えることができました。PTA会員と同窓会員の皆様のご協力の賜であり、この紙面をお借りしてお礼を申し上げます。ありがとうございました。

強歩大会では、PTA・同窓生併せて30余名（例年の3倍）のボランティア、また50余名の一般参加者が生徒と共に好天の中に走破され、良い思い出になったと思います。

閉校記念式典では、厳粛な中にも温かな雰囲気漂う伊達緑丘高校の校風に則った式典となり、大変感動的であったと感想が寄せられました。狩野亮（かのうあきら）氏の記念講演では、壮絶な体験とパラリンピックでのご活躍のお話で、私達に生きるエネルギーを注入していただきました。（努力は結果にならなくとも成長につながる）

「困難を越えて仕合わせに向かって強く生きる」のメッセージを2つの行事で生徒の皆さんに送りましたが、是非参考にして困難を越えて行ってもらえると信じています。

さて、9月より今年度の就職や推薦入学試験が始まり、校長室は面接練習に訪れる生徒で大盛況です。練習では、礼法や面接の質問に対する返答から、さすが緑高生と感じます。一方で、緊張で力みすぎず、日常の自分らしさを表現できるよう助言をしています。

そこで、「笑う門には福来たる」のことわざがあります。西洋でも同意のことわざ「Laughter is the best medicine」（笑いが一番の薬）があります。

平成22年国民生活基礎調査では、わが国の12歳以上の約半数が日常生活におけるストレスや悩みを感じていると報告があります。心理社会的ストレスは精神的疾患、生活習慣病、死亡にも深く関わることで報告されています。

アメリカの雑誌『サタディ・レビュー』の編集

長ノーマン・カズンズ氏は、仕事で精力的に働いていたある日、硬直性脊椎炎にかかりました。この病気は、発熱・激しい体の痛み・脊椎の硬直で体が動かしにくくなり、専門医は治る割合が500分の1しかないと診断しました。しかし、彼はわずか数か月後に症状が改善し、再び仕事に戻ることができました。病気を克服するべく彼の実践したことは2つです。

1つ目は、ビタミンCの大量摂取で、人間の免疫作用と自己治癒力を高めるために必須であると医学誌で学びました。もう1つは、たくさん笑うこと。精神的な負荷「ストレス」の言葉の生みの親カナダのハンス・セリエ博士が「不快な気持ち、マイナスの感情を抱くことは心身ともに悪影響を及ぼす」を知ったからです。彼はリラックスできるホテルの一室で、笑えるテレビ番組の総集編を観てゲラゲラ笑い、激痛で十分に夜に眠れなかったのが、熟睡できるようになりました。なぜ痛みが和らいだのかというと、その後の研究で笑うと脳からβエンドルフィンという鎮痛作用のホルモンが出ることがわかりました。やがて短期間の闘病で仕事に戻ることができました。その後、この体験からUCLAの教授に転身し、精神免疫学の研究に取り組み、「笑い療法の父」と呼ばれるに至ったのです。

仏教には、自分も周りも仕合わせになる「和蘭施」という笑顔の修行があるそうです。困難やストレスがある時ほど、まず笑いましょう！

世界平和のために！



《校舎からグランドへの風景》

閉校記念式典 無事終了、ご協力ありがとうございました !

みなさんのご協力で、10月8日(土)、無事閉校記念式典を終えることができました。式典当日は天候にも恵まれ、全校教職員生徒 130 名、来賓招待客 120 名、同窓会卒業生 20 名、合計約 270 名の方々に参加していただきました。また、YouTube 配信でも約 130 名の方々に御覧いただきました。チャースキー-狩野さんの講演も大変好評で、多くの生徒が刺激をいただきました。



《式典会場の様子》



《諸先輩方の足跡》



《保格校長の式辞》



《感謝状を贈呈されるみなさん》



《感謝状の贈呈・ご挨拶》



《協賛会長へ感謝状の贈呈》



《式に臨む生徒たち 1》



《式に臨む生徒たち 2》



《講演会講師「フィアスキー-狩野亮氏」》



《生徒会長杉本君の挨拶》



《高校生に熱い思いを語る狩野さん》



《YouTube配信をする生徒》



《金メダルをお借りして狩野さんと一緒に》



《司会の三木美^みさん(本校 22 期卒業生)・式典主催者》



《狩野さんを囲み生徒全員で記念撮影》

「卒業生のみなさん メッセージを」!

閉校記念式典にご協力誠にありがとうございました。特に「ポスター第1弾・第2弾」の掲示にご協力いただいた、官公庁・飲食店・商店の皆様本当にありがとうございます。

「ポスター第2弾」は、「閉校記念誌」に掲載する「卒業生からのメッセージ」を募集するため、11月11日(金)まで、今しばらく掲示していただくと助かります。

ポスター下部のQRコードを読み取り、専用サイトから、メッセージを書き込んでください。たくさんのメッセージお待ちしております!

<第2弾ポスター!>



北海道伊達緑丘高等学校

閉校記念式典オンライン参加申込
伊達緑丘高等学校へのメッセージ
※閉校記念誌に掲載



<特設サイト用QRコード>



11月の行事予定

1	火	
2	水	
3	木	文化の日
4	金	
5	土	P T A研修旅行
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	A L T来校日
11	金	伊達東小学校記念式典ボランティア
12	土	
13	日	
14	月	部長主任会議
15	火	
16	水	定期監査
17	木	がん教育講演会
18	金	車両免許取得説明会(就職決定者)
19	土	全統ブレ共通テスト模試
20	日	全統ブレ共通テスト模試
21	月	職員会議
22	火	(考査一週間前)
23	水	勤労感謝の日
24	木	
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	後期中間考査①
30	水	後期中間考査②

編集後記

急に冷え込みが強くなり、雪の便りがちらほら聞こえてきました。雪虫もそろそろ舞い始めるかも知れません。ついこないだまで、汗ばむ陽気だったのに季節の移り変わりに驚かされます。

コロナウイルス感染症も一段落したように思われますが、季節の変わり目、皆様におかれましては、体調管理に十分お気をつけください。

過日風の強い日があり、学校敷地内の水銀灯が壊れてしまいました。思いもよらず、明かりの消えた学校を見ることがとなりました。さみしい思いでいっぱいです。