



コロナへの対応が変わり半年近く経ちますが、皆さんは疲れていませんか。

アフターコロナを生きる！

コロナウィルスが5類になり半年が経とうとしています。社会の動きが変わり、人と会う機会が増えた実感しています。コロナ禍前に戻り、人との交流が復活したことを喜ぶ声もありますが、気を遣うことも増え、実は大人も疲れを感じているのです。

コロナ禍では会議やコミュニケーションがオンライン等で行われました。環境の変化に最初は戸惑いの声も聞こえましたが、やってみると会場まで移動する必要がなくなり、疲れが減ったり時間の有効活用ができたりとメリットを感じていました。いったん感じたメリットは、対面での交流が復活するとデメリットとして感じられるようになりました。

大人でも疲れるのですから、若い高校生が環境の変化に疲れや不安を感じてもおかしくありません。大人にとってはわずか3年間の出来事でしたが、若い人たちには長く感じられる時間です。30歳の大人には3年/30年です。60歳の大人には3年/60年です。でも15歳の若者には3年/15年、18歳なら3年/18年です。同じ期間でありながら、単純にみても人生における3年間の占める割合には大きな差があります。ましてや精神的な時間の経過は若いほど長く感じますからそれだけ影響力もあります。

みなさんは疲れや不安を感じていませんか。もしも感じているならどのように対処していますか。人それぞれ対処の仕方はあるでしょうが、一人で考え込むのは要注意です。気分が落ち込んでいるときには悪い未来を想像しやすいものです。そんなときは周囲の人に不安な気持ちを話してみることで気持ちが楽になります。家族や友達に話しにくければ、学校には教育相談室があり、スクールカウンセラーというプロもいます。また、鳥取県などの行政にも心の相談窓口があります。人と話をすることで自分の状況を別の視点からみることができれば、悪い未来ではなく、希望の持てる未来に気づくことができるでしょう。

苦しいことやしんどいことは必ずしも不幸ではありません。立ち止まってじっくりと考える機会です。そして、しっかり考えたからこそ、苦しんだ時期があってもその先の幸せを感じられるのです。明けない夜がないように、不幸ばかりが続くことはありません。しんどいときは誰かに話を聞いてもらって気持ちを楽にしてください。

校長 松川 明義



【行事予定】 28日(木)：米工祭 文化の部
29日(金)：米工祭 体育の部
30日(土)：米工祭 文化展示 一般公開
10/1(日)： 第一種電気工事士筆記試験 水泳部新人戦

10/2(月)：振替日



米工 HP