



Be creative!



How do you eat an elephant?

2025年度の出発にあたり、校長室だより4月号では、宇宙飛行士の野口聡一さんを皆さんに紹介します。3回も宇宙飛行を経験するとともに、船外での活動を日本人で初めて成功に導いた人です。その方が大学での最終講義として、大学生や高校生に、彼らの疑問に答えながらお話をする様子をたまたまテレビで見ました。その中で野口さんはこんなことを言ってらっしゃいました。

野口さんは、宇宙飛行士としての訓練を行うなか、下記の質問を何度もされたということです。

How do you eat an elephant?

宇宙飛行士としての訓練、彼は実に9年間、この訓練が続くわけです。長いですね。「おぎゃー」と生まれた子どもが小学校の3年生になるまでです。その訓練中によくこの質問をされたということです。答えは「One bite at a time.」



大きな像を丸呑みすることはできない、一口ずつ細かくして食べるしかない。幼い子どもにもわかることですが、飲めもしないものを飲めない状態のまま、飲み込もうとしていることが、人間の世界にはどうもたくさんあるらしい。失敗をすることが命さえ奪ってしまうことになる宇宙飛行士であるからこそ、この当たり前のことを日々の訓練のなかで何度も問い直しているのだと私は思いました。

私たちが子どものころから、親や先生に、きちんとやれ、一つずつ丁寧にやれ、大事なことは先にやれと言われるたびに反発ばかりしてきました。生徒の皆さんと一緒にです。わかるとるわ、そんなこと！しかしながら、本当にわかっていたのかどうか。宇宙飛行という偉業の中においても大事にされていることであれば、もう、これは世の真実。実に平凡な地味な積み重ねを通してでしか、私たちは高みに登って行くことはできないということです。How do you eat an elephant? One bite at a time.大事なことは覚えておこう。そして、時々、心の中で唱えてみよう。

野口さんが言われたことをもう一つ。Slow is faster.

皆さんの成長を私たちは楽しみに待ちたいと思います。

一年のスタート 一先生からのメッセージ

教務部長青木律子先生より「大事にしてほしい4つのこと」

1. 「学び」の意味を考える

「なぜ学ぶのか」「どう学ぶのか」を自分自身で問いかける。わからないことやうまく行かないことがあるのは当然。そこで投げ出さず、もう一步踏み込んで、考える習慣を身に着ける。「学び」は自分自身や将来の可能性を拓けるチャンスであり、力となるものです。

2. 学習規律を守ることが「学び」を深める

- ①授業には遅れず出席すること ②教科書やノート・クロムブックなど、授業に必要なものを用意する。
- ③逆に、授業に不要なものは出さない。一人ひとりが意識することで、クラス全体の雰囲気良くなり、学



びやすい環境が作られます。このことは、授業の深まりや試験の結果にも必ずつながっていきます。

3. 時間を大切に

新学期の始まりは目標を立てる絶好の機会。その目標に向かって、日々の時間の使い方を見直してみましょう。小さな努力の積み重ねが、一年後の自分を大きく変えます。1日10分の復習も、一年続ければ大きな力になります。時間は全員に平等に与えられています。使い方はあなた次第です。

4. 周囲とのつながりを大切に

何より大切なのは「人とのかかわり」。わからないことがあったら、先生や友達に相談を！助けを求めることは決して弱いことではなく、成長のための一歩です。皆さんの一人ひとりがこの学校の主人公です。今年度も一緒に頑張りましょう。



生活指導部長神谷貴史先生より、この3つのことを心にとめて

1. 誇りをもとう

自分の通う学校を大切にしよう。その気持ちがあれば、行動が変わってくる。周りから「日福って良い学校だね。」と言われれば、その評価は嬉しい。その為には自分はどのような行動を取らなければいけないのか、逆にとってはいけないのか。誇りを持って生活をしよう。

2. 日福ファミリー —同じ学園で生活していく仲間を大切にしていこう。

思春期の君たち、調子の良い時、悪い時、親や先生にしつこく言われ、けんかをして、イライラする時、ぶす一つとする時。そんな時に、他人の悪口を SNS にあげる、LINE で伝える。見えない裏側で動く。それはやめよう。トラブルになるだけだ。何か思いがあるのなら、直接言葉で伝えよう。いじり、いじめ、手をあげるなどの暴力には厳しく対応していきます。他人を傷つける行動は、徹底して指導をしていきます。

3. ルールを守ろう

本校の生徒である以上は学校で決められているルール、HR でのルール、授業中のルール、部活動でのルールを守ろう。一人ひとりが守ることが出来たら、各クラスや学校は居心地のよい場所となります。その居心地の良さが、授業への集中、成績アップに繋がり、進路目標の実現・部活動での活躍を引き出し、その雰囲気良さが学年、学校の雰囲気をアップすることへと繋がっていきます。

一人一人の気持ちと行動で学校は作られていく。さあ、誇りを胸に頑張りましょう。



進路指導部長河合理恵子先生より「みんなに考えてほしい2つのこと」

(1) 自分を理解すること

進路を考えるときには、実は未来のことだけ考えていては、答えは出ません。自分はどんな性格や考え方をしているのか、どんな価値観があって行動しているのかを、自分自身が受け止めること、それがあつたうえで自分は何を目指すのか、どのように生きていくのかを考える必要があります。未来は突然決まりません。今の自分があつて、その先に未来があります。ぜひ、今の自分を理解することから取り組んでください。

(2) 進路は自分で決める

進路を決める時には親御さんや友達、いろいろな人に相談をします。インターネットからの情報も、ぜひたくさん調べてください。ただ、決めるのは自分です。親がこういうから、先生がこう言ったから、友だちがこれにするから…そんな決め方はしないでください。進路を考える時は選択の連続です。あっちもこっちも両方、という選択はできません。その都度、自分の思いに耳を傾け、いろいろな意見を聞きながらも、最終的には自分で決める。ぜひそこを意識して、進路を考えてみましょう。

★★ 姉妹校からのメッセージ ★★

Silay Institute School President

Ms. LILIAN SALAFRANCA REVENTAR



Good morning to all of you: It is my great honor to meet you all in today's Entrance Ceremony of Nihon Fukushi University Affiliated High School.

Silay Institute is very fortunate to have NFU as a sister school since 2017. Every year, students of Silay Institute from the Philippines have the opportunity to participate in the World Youth Meeting held every August. They gain the experience of being introduced to students and their families through the Exchange Program.

In addition, the Japanese and Filipino students jointly cooperate in research about world issues. Students can exchange ideas, share and offer solutions to the problems of our world today.

NFU and Silay Institute share a common belief on the need to strengthen students' skills in research and establish an appreciation of cultural differences between each other.

These skills are relevant to the 21st century learners who will be the global citizens of the world.

We have seen the positive impact of how our children in Silay Institute have grown and developed because of the opportunity to travel, meet and interact with Japanese students.

With our deep belief and respect of Nihon Fukushi University's direction to improve the quality of education and research, we in Silay Institute come here today to renew our Memorandum of Understanding, that will deepen our collaboration. May I take this opportunity to thank Chairman Satoru Maruyama for his visit to the Philippines last February the 100th Foundation Year of SI.

We hold NFU with the utmost respect in honoring us with the extension of our Sister School relationship. We hope that your students will have the experience to share their ideas in making our world, or world a better and peaceful community of learners.



Thank you.