

令和五年度

三宅村立三宅中学校



学校だより

第 177 号

令和6年3月1日

校長 小澤 秋仁

東京都三宅島三宅村伊豆 470

TEL 04994-2-0049

FAX 04994-2-1376

<https://miyake-chu.edumap.jp/>

うるう年

校長 小澤 秋仁

令和6年は、2月が29日まででありました。うるう年です。この年の主な目的は、太陽の位置に基づく暦、すなわち、太陽暦と、我々が日常生活で使用する暦（グレゴリオ暦という）とのずれを修正することです。以下 CASIO の HP より抜粋します。

地球は、太陽の周りを約 365.2422 日で1周（公転）します。しかし、我々のカレンダーは、1年を 365 日としています。このため、約 0.2422 日のずれが毎年発生します。このずれが積み重なると、4年後には約 $0.2422 \text{ 日} \times 4 = 0.9688 \text{ 日}$ のずれが発生し、太陽暦とグレゴリオ暦の日付がずれてしまいます。

この問題を解決するために、うるう年が導入されました。うるう年に1日追加されることで、このずれを補正します。ただし、4年ごとに“日”追加されてしまうので、それでは本来のずれよりも約 0.0312 日（1日 - 0.9688 日）分、多く加えていることとなります。

この約 0.0312 日のずれをさらに補正するために、上記の「うるう年の計算方法」で述べた、100 で割り切れる年と 400 で割り切れる年の例外ルールが適用されています。

うるう年を適用しないと、どのようなことが起こるのでしょうか。数年後には、カレンダーの上での季節と実際の季節にずれが生じてしまいます。農業においては、作物の植え付けと収穫の最適時期を逃す。漁業においては旬の魚を捕獲できない。観光業は、季節外れの企画をしてしまう等、経済が打撃を受けます。それどころか、季節感のずれにより健康に影響するであろうとも言われています。4年に一度追加される2月29日はたった1日でありながら、時間と共に生きる我々に正しい季節を与えてくれる大きな1日なのです。

さて、新春を賑わした「箱根駅伝」、これも時間と共に生きる競技です。

花の2区をトップで襷を受けた、駒沢大学の主将は、「ほぼ設定タイムどおりに走れたが、青山学院大学に詰められてしまった。」との内容を後のインタビューにて答えていました。後ろを走る青山学院の選手と駆け引きをしていたら、もっと速く走れたのかもしれませんが。ほとんどの大学では、監督が選手の力量を鑑みて、区間ごとの「設定タイム」を作るといいます。選手たちはそれを基準にラップを刻んでいくのです。しかし、青山学院の原監督は「設定タイムは意味がない」と豪語します。「設定タイムより遅れていったら、選手たちは調子が悪いと思ひ込んでしまう。この思考が更なるブレーキを引き起こす。」青山学院の選手たちは時計をはめず、相手よりより速く走ることに終始したのです。設定タイムが走るペースを維持する材料にもなれば、ブレーキやプレッシャーにも成り得るのです。時間と共に生き、練習してきた選手たちが、時間に縛られることで自らを苦しめてしまった駒沢。片や、時間から解放され、自らの走りを表現した青山学院が優勝候補筆頭の駒沢を抑え、2年ぶり7回目の優勝を果たしました。

青山学院がふだんの練習から時間と無縁であるかということ、それは違います。タイムを測る、設定したタイムで走る・・・、時間を意識した練習にも取り組んでいます。時間からのプレッシャーが彼らを強くしていきました。その上での、「時間からの解放」であったのです。

プレッシャーやストレスは運動の世界ばかりでなく、学習の世界においても能力を高めるようです。「ヤーキーズ・ドッドソンの法則」によれば、極端にストレスがなさすぎる場合や、逆にものすごいプレッシャーがかかり、ストレスにさらされている場合には、記憶や知覚のパフォーマンスが低下してしまう。しかし、適度なストレスが学習パフォーマンスを最高レベルに高めてくれるというのです。「宿題を後回しにしてしまった。明日提出なのに・・・」そのような場面では、机に向かう時間が長くなり、いつもより効率良く学習が進む経験をした人がいるでしょう。まさに「明日までに提出」という、適度なプレッシャーがパフォーマンスを上げたのです。このことを知っていれば、意図的に自身を追い込む場面や時期を設定し、適度にプレッシャーにさらすことができます。その結果、効率良く、適確に仕事ができるのです。きっと時間というストレスが皆無となり、際立つ「格上の駒澤に勝つ」という適度なプレッシャーが、青山学院の選手に力を発揮させたのでしょう。

3月、1年間のまとめの時期となりました。今年度の総仕上げと進級に向けての準備が進みます。残りの1か月という適度なプレッシャーを自身に与え、生徒、教員が日々を全力で駆け抜けます。

3月31日になって「あと1日増やそう」などと『うるう日』を設けることはできませんから。



みなかみ体験学習（2年）

1月30日(火)から2月3日(土)まで、群馬県利根郡みなかみ町にて体験学習を行いました。陶芸や藍染めの体験、太々神楽や三国太鼓の鑑賞等、様々な活動を通し、ひと回りもふた回りも成長した姿で帰ってきました。



笑顔と学びの体験活動プロジェクト

2月26日(月)、東京都の事業「笑顔と学びの体験活動プロジェクト」の一環で、The Voices of Japanの方をお招きし、ゴスペルコンサートを行いました。迫力のある歌声に、元気と力をもらいました。



3月の生活目標

自分を振り返り、有終の美を飾ろう

3月の保健目標

健康生活のまとめをしよう

3月のスクールカウンセラー来校予定日

5日(火)・12日(火)・19日(火)

4月8日までの行事予定

日	曜	学校行事	下校バス
1	金	考査学習会(終)、都立一般合格発表	17:00
2	土	数学検定	
3	日		
4	月	学年末考査(理科・数学・音楽)	14:35
5	火	学年末考査(国語・技家・美術)	14:45
6	水	学年末考査(社会・英語・保体)、⑤薬物乱用防止教室	15:35
7	木	中央委員会、避難訓練	18:00
8	金	専門委員会、⑥式練習(3年)	18:00
9	土		
10	日		
11	月	全校朝礼、⑥式練習(3年)	18:00
12	火		18:00
13	水	⑤全校式練習、⑥カット、職員会議	14:35
14	木		18:00
15	金	①②卒業式予行、⑤⑥3年生を送る会	18:00
16	土		
17	日		
18	月	生徒朝礼、⑤会場準備、⑥カット	14:35
19	火	卒業式	11:45
20	水	春分の日	
21	木		18:00
22	金	⑤大掃除、⑥カット、保護者会(1・2年)	14:45
23	土		
24	日		
25	月	修了式、離任式	11:20
26	火	春季休業日(始)	
27	水		
28	木		
29	金		
30	土		
31	日		
1	月		
2	火		
3	水		
4	木		
5	金	春季休業日(終)	
6	土		
7	日		
8	月	始業式、着任式	