

須知高校生みなさんへ

令和2年度 第3学期終業式 式辞

今年度は新型コロナウイルス感染症対策のため、年度当初から臨時休業や行事の中止・変更などがあり、さらに、消毒や換気など様々な面でストレスが多かった1年間だったと思います。

みなさんの中には、学習や部活動、学校行事などで楽しい思い出や良い結果を出すことができた人もいれば、なかなか結果が出ず、悔しい思いをした人もいます。明日から始まる春休みは、自分自身で今年度1年間の成果と課題を整理して、次の学年に繋げる準備期間にして欲しいと思います。

さて、終業式にあたり、みなさんには、慶応義塾大学大学院で「幸福学」を研究している前野隆司 教授の「幸福度を高める4つの因子」を紹介します。前野教授は「因子分析」（たくさんのデータ間の関係を分析し、その構造を明らかにする分析）という手法を使って、幸福度を高める4つの因子を導き出されました。その4つの因子とは以下のとおりです。

- 1 「やってみよう！」因子 : 自己実現と成長の気持ちを持つ
→夢や目標ややりがいを持ち、それを実現しようと積極的に行動する
- 2 「ありがとう！」因子 : つながりを大切にし、感謝の気持ちを持つ
→他者と積極的に接し、人に感謝し、他人との関係を大切にする
- 3 「なんとかなる！」因子 : 楽観的で気持ちの切り替えが早い
→自己肯定感が強く、いつも楽しく笑顔でいる
- 4 「ありのまま！」因子 : 本来の自分をよくわかっていて自分らしくふるまう
→他人と比較せず、自分らしくやっていく

これらの4つの因子はどれか一つだけ突出していてもダメで、4つの因子が揃ってこそ、幸福度が増すとのこと。さらに、幸福な人は創造性や生産性が高いという研究結果も発表されています。みなさん一人一人が幸せになることで、みなさんの家族や友人も幸せになり、学校全体も幸せになると信じています。4つの因子が揃うよう、今日から一緒に行動していきましょう！

結びにあたり、新型コロナウイルス感染症については、感染者数も減少しつつあり、ワクチン接種等の明るい兆しも出てきていますが、まだまだ油断できませんので、引き続き感染防止をお願いします。

以上で3学期終業式の式辞とします。

令和3年3月19日

須知高校 校長 湯川 佳秀