

令和８年度 校長よりメッセージ『竜北生、Ｇｏ‼』（竜北生の皆さん・保護者の皆様へ 29）

健康を究める

校長　尾﨑　淳一

土曜日の夜、宅配で荷物が届きました。さて何でしょう。









① 荷物が一つ、「ゆうパック」で届きました。「しいたけ栽培キット」は注文していません。**「割れ物注意」**のマークが見えますね。爆発しないように、そっと床に置きました。

② 慎重に段ボールを開きました。緊張でカッターナイフを持つ手が震え、再び、指を切りそうでした。蓋を開けると、**商品のパッケージ**が現れました。

③ 何と、持ち運びに便利な**豪華ソフトケース付き**でした。でも、私はたぶん使いません。ケースに入れなければならない程、**デリケートな「精密機器」**ということです。

④ パッケージの中には、**「ゲーム機」と思われるもの**が丁寧に梱包されていました。これで、私もゲーム三昧の毎日を過ごすことになるのでしょうか……？



早速（さっそく）、**精密機器**を操作してみました。私の得点は**最高１３７点、最低が９０点**ということです。初めてのチャレンジにしては、なかなかの得点ですね。などと、呑気なことを言っている場合ではありません。竜北生の皆さんには見慣れないものかも知れませんが、これは**「血圧計」**というものです。私の血圧は最高が１３７、最低が９０という結果となり、画面には無情にも**「高血圧」**の判定が示されています。ただ、いつもはもっと高めの数値なので、精密機器は、まだまだ私に遠慮しているのかも知れませんね。

病院では、医師から次のように説明がありました。「今のあなたは、**軽自動車**が**重い荷物**をいくつも引っ張っているのと同じです」と。小柄な私を見て、**「軽自動車」**に喩えたのでしょうが、大切なのはそこではありません。**重すぎる荷物**のため、**エンジン**が無理をしているそうなのです。**エンジンは人間の心臓であり、無理をしているから血圧が高くなる**という理屈です。それでは、重すぎる荷物とは何のことか、切り離すにはどうすべきか。それは私には分かりません。しかし、せっかく高性能~~ゲーム機~~**血圧計**を手に入れたのですから、これからは**健康**を究め、さらに**マッチョ**へと変身を目指したいと思います！

だんだん涼しくなってきました。竜北生の皆さんも、健康にはくれぐれも留意して、毎日元気に**「竜北ライフ」**を満喫しましょう。後期に向けて、**「竜北生、Ｇｏ‼」**

三者懇談会がスタートします。保護者の皆様には、ご多用のところ時間を作ってくださり、ありがとうございます。各担任から、前期のお子様の様子をお伝えしますので、ご家庭でも話題としていただき、後期に向けてよいスタートができるようお力添え願います。

（令和８年１０月６日）