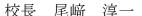
校長よりメッセージ『竜北生、Go!!』(竜北生の皆さん・保護者の皆様へ24)

人間ドックへの挑戦





本日、9月9日は何の日でしょうか。竜北生の皆さんにとっては、遊ぶ時間とも部活動の時間とも睡眠時間とも引替えに、全身全霊で取り組んだ「前期期末テスト」がめでたく終了した日、というのが正解かも知れません。お疲れ様でした。返却をお楽しみに。

全国的には、9月9日は「重陽(ちょうよう)の節句」です。節句とは、中国において季節の変わり目として重視され、様々な行事が行われる日のことです。奈良時代の昔に日本に伝わった後、江戸幕府が多くの節句のうちの五つを、「五節句」と定めたそうです。「人日(じんじつ)1月7日」「上巳(じょうし)3月3日」「端午(たんご)5月5日」「七夕(たなばた)7月7日」「重陽9月9日」です。また、「人日→七草の節句」「上巳→桃の節句」「端午→菖蒲の節句」「七夕→笹の節句」「重陽→菊の節句」とも呼ばれ、私たちの生活にも馴染み深いものばかりですね。たぶん、国語や社会のテストには出題されませんが、「五節句」を覚え、四季を楽しむのも素敵ですね。

北校舎南側の花壇に、メランポジウムの黄色い可憐な花が咲いています。「キク科」の仲間で暑さにも強いそうですが、猛暑の中をこれだけ綺麗に咲き揃うのは、毎日、時間を掛け丹精込めて世話をしてくれる教員のお蔭です。「菊の節句」のこの機会に、ぜひ観賞してみてくださいね。

さて、話題は変わりますが、9月1日の全校集会で、「私 の夏休みの想い出**ベスト3**」を披露させていただきました。



三つ目は、「健康大作戦」です。今週の土曜日に、年に1回の人間ドックに挑戦します。人間ドックとは半日もしくは1日かけて、身体全体の健康状態を確かめるものです。「ドッグ」 (=犬)ではありません。「ドック」(=船を修理・点検するための設備)です。

気が弱く、痛みにも弱い私は、「血液検査」が大の苦手なのです。さらに、昨年は「血圧」「体重」「腹囲」の3項目で自己新記録を更新したお蔭で、個別健康面談を受けることになりました。今年はそうならないよう、得意のソフトテニスを30分間頑張りました。毎日30分ではありません。夏休みの40数日のうち30分です。効果がありますように。

6日(土)の朝、私は人間ドックに出掛けました。「慣れない病院では血圧も高くなるし…」「針を刺さずにセンサーを当てるだけで血液検査が済まないか…」「バリウムやカメラを飲まなくても、胃の中を写せそうだけど…」など、後ろ向きな気持ちでいっぱいです。「献血が好き」という人に、たまに遭遇しますが、私は血液検査が嫌いなのです!

人間ドックの最後に、健診の結果をもとに、医師から簡単な指導を受けます。この時は中学生に戻った気分です。「飲み過ぎはだめ」「よく噛んで食べること」「毎日少しでも歩く」など、分かっているけどね……という痛い点を指摘されるからです。しかし、そんな私の暗い気持ちとは裏腹に、今年の指導の結果は何と、「留意事項なし」でした。血圧も体重も腹囲もクリアです。私にとって、よほど竜北中学校の環境が合っているのでしょう。ソフトテニスも「効果あり」かも知れません。急に「人間ドック」が好きになりました!! 竜北生の皆さんも、私のように健康な身体を作り上げてくださいね。「竜北生、Go!!」

5日(金)の台風への対応をありがとうございました。教員が何度も学区の様子や通学路の安全を確認しましたが、逢妻川はかなり水位が上昇していました。ご家庭の協力のお蔭で、幸いにも大きな被害はなかったと把握しています。今回を超える事態も想定しつつ、竜北生の安全の確保に向けて、防災時の対応を見直してまいります。