



第 360号
令和8年2月22日発行
山梨県立中央高等学校
通信制課程
甲府市飯田五丁目6-23
電話 (055) 226-4412
<http://www.kai.ed.jp/chuouh/>

思いやる心

校長 中込 一成

私たちは日々、多くの人と関わりながら生活しています。その中で大切なのは、「自分を大切にすること」と同時に「他人を思いやる心」を持つことです。自分の考えや気持ちを尊重することは重要ですが、それだけでは良い人間関係は築けません。相手の立場に立って考え、言葉や行動を選ぶことが、互いに安心できる社会をつくる基本となります。

先日スーパーマーケットでの買い物中、私は一つの商品を持ってレジに並んでいました。すると前にいた男性が「自分は時間がかかるから先にどうぞ」と声をかけてくれました。私は遠慮しましたが、男性は「たばこも買うし時間がかかるから」と、もう一度促してくれました。私はその厚意に甘え、会計を済ませました。ほんの小さな出来事でしたが、その心遣いに触れ、胸が温かくなりました。もし社会の中で、一人ひとりがこの男性のように自然と相手を思いやる行動がとれたなら、私たちの暮らしはどれほど穏やかになるだろうかと感じました。

この体験から改めて思うのは、思いやりとは「相手の立場に立って考えること」だということです。自分が急いでいるとき、相手も急いでいるかもしれない。自分が困っているとき、相手もまた困っているかもしれない。そう考えると、言葉や行動が自然と変わります。

しかし、思いやりには難しさもあります。こちらが善意で接しても、相手がどう受け止めるかはわかりません。時には余計なお節介に感じられることもあります。ここで大切なのは「完璧を求めないこと」です。思いやりの価値は結果ではなく、その姿勢にあります。相手の反応が思い通りでなくても、「相手を尊重しようとした」という事実は残ります。

思いやりは、決して特別なことではありません。レジで順番を譲る、ドアを押さえてあげる、困っている人に声をかける—そんな小さな行動が、社会全体を温かくします。そして、その根底にあるのは、「自分も大切にしながら、他人も同じように大切に思いやる心」です。自分を犠牲にする必要はありません。むしろ、自分を大切にできる人こそ、他人を思いやる余裕を持てるのです。

最後に心に留めたいのは「思いやりは連鎖する」ということです。あの日の男性の言葉は、私に優しさを思い出させてくれました。そして、次に誰かを思いやる場面に出会ったとき、きっと私はその気持ちを行動に移せるはずです。こうした小さな連鎖が、社会をより良くしていきます。どうか自分を大切にしながら、他人も同じように大切に思いやる心を持ち続けてください。その心こそが、皆さんの未来を照らす光となり、希望に満ちた人生を築く力になると信じています。

人はなぜ学習するのか？

教頭 標 輝人

「人はなぜ学習するのか？」の問いに、答えは人それぞれ、特に通信制の生徒には重たい質問かもしれません。いくら学習しても覚えられない、覚えても結局忘れてしまう、必要な時にその知識を使えないなら学習したって無駄ではないのか？学習すること自体に意味はあるのか？そもそも人は学習しなければならないものなのか？AIが代わりに学習して何でも教えてくれるなら、別に問題なく生きていけるのではないのか？・・・いろんな？？？が出てきそうですね・・・

さて、私は中央高校で化学基礎を教えてきましたが、専門は生物学で、教員になる前は東京の大学で遺伝子の研究者として働いていました。学習能力とは記憶能力のことで、これには遺伝子が大きく影響します。一回で覚えたことをいつまでも忘れなければ学習能力が高く、何回覚えてもすぐ忘れれば学習能力が低いとされ、つい最近まで学校では定期試験で知識ばかり問うて「頭が良い」とか「頭が悪い」とか評価していました。つまり「記憶力が良い」＝「学習能力が高い」＝「頭が良い」といった構図です。現在では知識は手元のスマホで瞬時に検索できるので、試験では知識を組み合わせた思考力や表現力、主体的に学ぶ姿勢で評価するよう変化しています。学習能力だけなら人間より優れた動物は数多く存在し、タコでも覚えさせればスクリュウ瓶の蓋を回して開け、中身を取り出せるようになります。しかし、人間には学習能力以上の更に高度な「知能」という能力があるのです。

学習の「**経験した内容を記憶し次回から成功させる能力**」に対し、知能とは「**未経験の内容を予想し初回から成功させる能力**」です。どちらか一方を神様が授けてくれるとしたら、もちろん知能が欲しいですね？人間はこの能力のお陰で他の動物を凌駕する万物の霊長になれました。でも、なぜそんなことが出来るのでしょうか？知能を高めるにはどうしたら良いのでしょうか？ハイ、知能を高める方法教えます！

実は、初見や未知の問題の答えを予想することとは、それに似た大量の過去の経験の断片を組み合わせ、それに応じた最適解を創造(想像)することなのです。大量の学習活動の結果、曖昧な記憶の断片が脳に蓄積し、予想可能なバリエーションが増えます。これには簡単で完璧な記憶ではなく、難解で不完全な断片であることが重要です。高校で学ぶ古典文法や因数分解なんて、将来使いませんか？直接は・・・そう、これらの難解な「高等教育」は覚えきれなくて良いのです。高等学校は将来の皆さんの知能を高めるための場で、簡単に覚えらる学習内容では知能になりません。知能を高めたければ、難解で覚えきれない内容を学習するしかないのです。

卒業・受賞おめでとう

令和7年度も卒業の季節を迎えました。今春晴れて卒業する皆さん、おめでとうございます。在学中のさまざまな分野での活躍を評して、次の皆さんに以下の各賞が贈られます。

全国高等学校定時制通信制教育振興会会長賞	05生	2名
全国高等学校通信制教育研究会会長賞	05生・04生	
山梨県高等学校定時制通信制教育振興会会長賞	04生	
山梨県高等学校体育連盟会長賞	04生	
山梨県高等学校文化連盟定時制通信制専門部部長賞	05生	
山梨県高等学校体育連盟定時制通信制専門部部長賞	04生	
山梨県高等学校教育研究会生徒会指導部会長賞	04生	
山梨県PETA連絡協議会会長賞	05生	
生徒会功労賞	05生	6名
	04生	8名

全国高等学校定時制通信制教育振興会会長賞・生徒会功労賞 05生

この度は、全国高等学校定時制通信制教育振興会会長賞という大変名誉ある賞を頂きまして、誠にありがとうございます。私は全日制高校から通信制高校へ編入学し、4年間の高校生活の中で多くの経験を積むことができました。生徒会副会長としての活動や、定通教育祭の生活体験発表で優秀賞を頂いたこと、そして全日制とは異なる様々な学校行事に参加できたことはどれも新鮮で貴重な思い出です。長いようであつという間の4年間でしたが、その中で大きく成長することができました。ここまで歩んでこられたのは、先生方や友人たち、そして何よりもそばで見守り、支えてくれた家族のおかげです。中央高校で得た経験を糧に、これからも一歩ずつ前に進み、明るい未来を切り開いていきたいと思ひます。改めまして、この度は誠にありがとうございました。

全国高等学校定時制通信制教育振興会会長賞・生徒会功労賞 05生

この度は全国高等学校定時制通信制教育振興会会長賞という素敵な賞をいただき、本当にありがとうございます。通信制という学びの場で、多くの方々の支えのもと学び続けられたこと、また生徒会長という貴重な経験をさせていただいたこと、すべてに感謝しています。この学びと経験を忘れることなく、理想の大人になれるよう、これからも努力していきます。

全国高等学校通信制教育研究会会長賞・生徒会功労賞 05生

この度は、全国高等学校定時制通信制教育研究会会長賞という名誉ある賞を頂き、誠にありがとうございます。通信制での学びは、アルバイトや日々の生活との両立、自己管理の難しさなど、決して楽な道ではありませんでしたが、多くの方に支えられ、努力を続けることができました。生徒会本部役員として学校づくりに関わる中で、多様な考え方を学び、人とのつながりの大切さを実感しました。今回の受賞を励みに、これからは挑戦を続け、成長していけるよう一層努力してまいります。本当にありがとうございました。

全国高等学校通信制教育研究会会長賞 04生

この度、このような名誉ある賞をいただけたことを大変光栄に思ひます。ありがとうございます。私にとって入学してからの4年間は新しいことの連続でした。今までとは違う勉強方法や制度に不安を感じていましたが、生徒に寄り添ってくれる担任の先生や気軽に話せる友達に支えられ、ここまで頑張ることができました。この4年間で得られた経験や学んできた知識はこれからの自分のにとって有意義なものとなると思ひます。4月からは内定をいただいた会社で、より一層力を入れて自分を成長させていきたいです。改めまして、この度は誠にありがとうございました。

山梨県高等学校定時制通信制教育振興会会長賞・生徒会功労賞

04生

この度は、このような名誉ある素晴らしい賞をいただきありがとうございます。私は、学業とアルバイトの両立に力を入れて生活してきました。学業面では課題に追われることもありましたが、友人や先生方の支えのおかげで乗り越えてくることができました。私はこの学校に出会えたこと、通わせてくれた両親仲良くしてくれた友人、どんな時でも寄り添ってくれた先生方、すべてに感謝しています。これからも感謝の気持ちを忘れずに、社会人として楽しく生きていこうと思います。本当にありがとうございました。

山梨県高等学校体育連盟会長賞・生徒会功労賞

04生

この度は、このような名誉ある賞をいただけたことを大変光栄に思います。思い返せばこの学校生活、上手くいかないことばかりだったように思います。嫌なことから逃げ、沢山の人に迷惑をかけ、心配させて、何をするにも失敗ばかりでした。それでも一番近くで応援してくれる家族がいて、一緒に歩いてくれる友人がいて、一緒に悩み、考えてくれる先生方がいたから、何度転んでも立ち上がることができました。沢山失敗し、その度に支えてくれる人達がいて、今の私がいます。それを忘れずに、これからの人生も歩き続けていきます。この度は、本当にありがとうございました。

山梨県高等学校文化連盟定時制通信制専門部部長賞・生徒会功労賞

05生

この度は、山梨県高等学校文化連盟定時制通信制専門部部長賞という素晴らしく名誉ある賞をいただき、ありがとうございます。通信制の高校へ行こうと決めた時、まだ通信制への偏見が多く、入学したばかりの頃は毎日が不安でいっぱいでした。しかし、中学校の頃の勉強が苦手な自分から変わりたいと思い、わからない問題は周りの人に聞いたり、インターネットを通じて調べるという努力を一生懸命しました。卒業後は受かった大学で勉学に励み、第一志望の会社で働けるように頑張っていきたいと思います。本当にありがとうございました。

山梨県高等学校体育連盟定時制通信制専門部部長賞・生徒会功労賞

04生

いつものように朝のホームルームで受け取った通知が入ったオレンジ色封筒。学級通信か保健だよりあたりだろうと破り開け、中身を確認したその時、山梨県高等学校体育連盟定時制通信制専門部部長賞を受賞したことを知りました。知った瞬間、クリスマスプレゼントを開けた子どものように喜んでは次の瞬間、本当に私であるのだろうかと思心暗鬼になったりと忙しくも幸せな気持ちになりました。改めて、このような素敵な賞をいただけることに深く感謝しています。素晴らしい賞に恥じぬように、日々努力を忘れず、精進していきます。

山梨県高等学校教育研究会生徒会指導部会長賞・生徒会功労賞

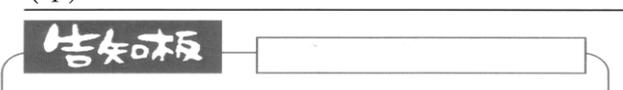
04生

この度は、山梨県高等学校教育研究会生徒会指導部会長賞という素晴らしい賞をいただきありがとうございます。入学してからの4年間、達成できたこともあれば、思うようにいかないこともありましたが、それでも様々な方の支えがあったからこそ、ここまで歩んでくることができました。心より感謝申し上げます。また、無事に内定をいただいた会社でも、これまでの学びや経験を力に変え、より一層成長できるよう努力していきたいと考えています。新しい環境でも、自分らしく前向きに頑張っていきます。この度は本当にありがとうございました。

山梨県PETA連絡協議会会長賞

05生

この度は、山梨県PETA連絡協議会会長賞という名誉ある賞をいただいたことを大変光栄に思います。仕事と勉強の両立は思っていた通り大変でしたが、この高校生活は、とても充実した3年間だったと言えます。この3年間で学んだことを活かし、これからも様々なことに挑戦していきたいです。ありがとうございました。



◆卒業生の皆さんへ

卒業おめでとうございます。
卒業が皆さんの大きな飛躍となることを期待します。

《卒業に関する各種証明書の発行について》

1. 「卒業証明書」は、発行希望の有無にかかわらず、卒業生全員に、卒業証書と一緒に各一通渡すよう準備を進めています。
2. 3月末日までは、卒業生に関するすべての証明書が無料です。
令和8年4月1日以降の交付はすべて有料（現在、1通400円）となります。

※4月1日以降の申請は事務室をお願いします。
TEL 055-226-4411（事務室）

◆学習継続生の皆さんへ

3月下旬に書類を郵送します。よく読み、新年度の手続きについて、しっかり確認してください。
また、令和7年度の生活や学習を振り返るとともに、右記の令和8年度初めの日程を確認し、新年度の予定を入れてください。

2月1日以降に住所・電話番号等を変更をした場合は、至急学校に連絡をしてください。



令和8年度 年度初めの日程（予定）

3月下旬 新年度履修手続き書類の発送

4月11日（土）12:30～15:35
始業式（離退任式、新任式）、合同LHR
履修手続き

「非活動生」にならないように、この日に登校し、履修手続きを完了しましょう。

※なお、始業式にどうしても出席できない場合は
事前に電話連絡のうえ

4月6日（月）～4月17日（金）15:00までに登校して、手続きを行ってください。
ただし、8日（水）、9日（木）、12日（日）
13日（月）を除く

4月12日（日）入学式（在校生は登校禁止）

4月19日（日）、20日（月）
尿検査（19日）、LHR
対面式・認証式、総合的な探究
授業開始

4月26日（日）
身体測定・内科検診
進路・学習ガイダンスほか

4月27日（月）
身体測定、進路・学習ガイダンスほか

※年度初めは大切な手続きや検診があります。
忙しい時期ですが、都合を付けてできるだけスクーリングに出席してください。

特に4月26日（日）、27日（月）に行われる身体測定・内科検診（内科検診は4/26のみ）への参加をお願いします。