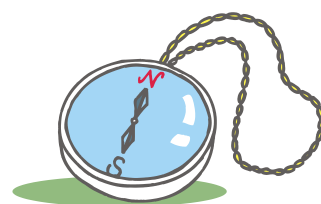


羅 針 盤

第 **20** 号

令和6年11月18日（月）



◆ 時間の流れ方

自然界には本当にたくさんの動物が生息しています。人間も含めて、多種多様な、色や形、そして、大きさも様々です。ところが、実は生物学的にいうと、共通していることもあり、どの動物も心臓が脈拍を15億回打つと寿命がくるのだそうです。どういうことかという、例えばハツカネズミは、1分間に600～700回も脈拍を打ちます。1回の脈拍に、たったの0.1秒しかかからないというわけです。反対に、体の大きなゾウは、1回の脈拍に3秒もかかります。この脈拍1回にかかる時間を「心周期」といいますが、心周期が違えば、呼吸のペースや食事をしてからの消化、排泄するまでの時間など、生きているうえでの所要時間がそれぞれ違うことがわかっています。このことは、おおよそ体の大きさに比例しているといわれています。そうすると、毎日の暮らしぶりも随分と違ったものとなります。ハツカネズミはチョロチョロと動き回るので酸素消費量が高く、1日のうちの10時間以上を寝て過ごしています。逆にゾウは、のっそりと動くため省エネタイプであるといえます。体が大きいので、1日のほとんどを食べることに費やして、睡眠時間は3時間程度でいいそうです。ハツカネズミの寿命は2～3年、ゾウは70年以上生きます。この年月は違う時間の長さのように思われますが、脈拍数15億回という単位で考えれば、同じ長さであるということになります。同様に人間の寿命を考えると、脈拍数15億回は約27歳で寿命を迎えることとなりますが、人間はもっと長く生きられるようになりました。その理由は医療や食文化の発展などが挙げられます。日本人の寿命が約80年ほどだと考えると、なんと53年分もの年月を多く過ごせるというわけです。この時間を、有意義なものにしたいですね。



◆ 進路に向けて

いよいよ明後日の11月20日（水）からは、2学期の期末テストが始まります。2学期には、体育大会や合唱コンクール、文化発表会などの学校行事を通じて、学級のまとまりや仲間の頑張る姿から多くの勇気をもらったり、これまで以上に学級の仲間との繋がりを感じ取ることで、更に共に大きな「達成感」を得る場面がたくさんあったはず。その経験をこれからの学校生活にしっかりと生かしながら成長してもらいたいと思います。

さて、先週の半ばまでは、3年生の進路懇談会が行われていました。体育大会では「勝ち」「負け」がはっきりとしていて、そのことに一人ひとりが一喜一憂したことだと思います。しかしながら、進路選択とは「勝ち」「負け」はありません。自分にとってのより良い進路を、自ら考え、自ら納得したうえで、選ぶべきものです。お家の方とも十分に話し合いをしたうえで、進路を選んでいく必要があります。ときには、思い悩み、お家の人と意見が合わずに衝突するようなこともあるかもしれませんが、自分自身の進路決定から決して逃げることなく、自分自身の考えとしっかりと向き合ってもらいたいと思います。君たちを日頃から支えてくれている周りにいる人たちと、しっかりと相談をしたうえで、自分自身の進路を自らの手で決定してほしいと思います。