



## 立春を迎えるにあたり、心に変化を！

生徒指導主事

南谷 裕二

暦の上では「大寒」となり 1 年で最も寒い時期を迎えています。1 月上旬には寒波が到来し 30 cm ほどの積雪がありました。いつどんなタイミングで環境が変化するかはわかりません。例年では低気圧が発達しやすく、春一番が吹くなど春の嵐になる時期です。今年は穏やかな傾向が見られ、低気圧は発達しにくく、強風が吹く可能性は低いとされています。冬から春にかけては、例年でも空気が乾燥しやすい状態ですが、今年は例年以上に乾燥した状態が長く続くとされています。インフルエンザ等が流行る時期なので、感染症対策を十分行い免疫力を高めましょう。

さて、2 月の伝統的な日本の行事に「節分の豆まき」があります。私の家では豆を直接まかずに、小袋ごと豆まきをしています。さらに、恵方巻を食べる家があるかと思いますが、今年の恵方は「南南東（やや南）」です。恵方に向けて物事を行うと「何事も吉」とされており、恵方巻を食べる際にはこの方角を向いて食べることが大切にされています。私の家では、その方角を向いて、無言で笑いながら願い事を心の中で唱えながら食べるようにしています。



江戸時代以前の日本では、  
1 月・2 月・3 月…のような

数字の暦はなく、季節を表す言葉で 1 年の暦をつくり活用していました。暦で使われていた季節を表すことを「二十四節気」といいます。（右表）

昔の暦では、「立春」（2 月 4 日ごろ）を 1 年のスタートとして数えていき、1 年の最後の日を節分と呼びました。そして、1 年が終わる最後の日に鬼（＝厄（やく））の嫌いな豆をまき、1 年間の厄を落とすという風習が、いわゆる「節分の豆まき」というそうです。節分は、1 年の始まり、春の訪れを表す合図ともいえます。

今年度も残り 2 カ月です。立春を迎えるにあたり、来年度はどんな自分になりたいかを思い描き、思い描いた時から行動で表してみましょう。これからの自分を大切にしていけるとよいと思います。

学校行事では、1, 2 年生は期末テストがあります。ぜひ、これから始まる新たな 1 年に向けて、よい 1 年となるよう計画的に学習を進め、よりよいスタートを切ってほしいと思います。3 年生は、高校受験シーズンが本格的に始まりました。人それぞれ進路決定の日は異なりますが、早くに進路決定できた人は、周りの頑張っている仲間を応援してあげてください。3 年生全員で新たな 1 年への歩みを踏み出してほしいと願っています。