



朝こそすべて

There is only morning in all thing.

校長 田邊 泰

夏休みを迎えるにあたって、皆さんに「朝こそすべて」という言葉を紹介します。(以前にも紹介していますが、大事なことなので再度)

これは、一日のスタートに当たる朝の過ごし方次第で、その日一日が、どんな日になるか決まるものだ、という意味です。

一日は24時間、朝、昼、晩(夜)という順に、過ぎていきます。朝を元気あるものにしなければ、その次にくる昼が、元気あるものにはなりません。そして、朝を元気あるものにするためには、実は、夜の過ごし方についても見直す必要があります。夜更かしばかりして、寝ぼけた朝ばかりを迎えていては、その日を充実させることはどう考えても難しいでしょう。

涼しく清々しい早朝に起床し、一日をスタートするのと、汗をかきながら寝坊した後のあの何とも言えない気だるい気持ちを比べれば、なるほどと思えます。

皆さん、早起きをしましょう！