



星 玄

2023年2月発行

東京都渋谷区富ヶ谷2-10-7 TEL.03-3467-8111 発行人:金谷 義孝



利他の心と認知症

東海大学付属望星高等学校同窓会 会長 金谷 義孝

先日、私のもう一つの仕事である

ケアマネージャーの会議において、

認知症の患者さんは「自分勝手で

困る」との意見が出て討論となっ

た。自分勝手とはどのようなこと

だろうか?「自己中」「我が儘」「人

の言うことを聞かない」様々な意

見がでた。自分勝手を辞書で引く

と、他人の迷惑などは考えず、自

分にだけ都合がいいように行動す

る様子だとている。

現在では認知症は改善できると

言われている。その改善法の一つが

アクティビティに生きる事とだ。アク

ティブとは自ら進んで行動する様

や能動的・活動的な事である。その

アクティビティな生き方でも、利他的

な生き方がさらなる効果があると

される。要するにボランティア活動

がとても良いのである。

アクティビティと反対語のパッシブ

に関連する言葉を列記すると

アクティビ・能動的・積極的・

プラス思考・樂観的・自力・

約束厳守・利他的、

パッシブ・受動的・消極的・

マイナス思考・悲観的・他力・

自分勝手・利己的

等、沢山ある。認知症に限らず健

常者でも、アクティビティやパッシブに

偏らずバランスのとれたほうが、

健康で楽しく生きられるようだ。

ことわざに三猿(さんえん)とい

う日光東照宮でも有名な、見ざ

る・聞かざる・言わざるがある。

認知症の患者さんの行動とし

て、人の事を見ない、人の言うこと

を聞かない、意見を言わないし、

言つたとしても自己主張ばかりし

て、自分勝手で困るとの話になる

のである。

アクティビで利他的な生き方を

するとともに、よく見て聞いて自

己主張でなく、冷静な判断ができ、

正しく公平な発言ができるようにな

ると、症状が改善されたとみな

れる。ただ、殻に閉じこもり、動こ

うとしない患者さんにアクティビ

で利他的な生き方を進めて、実

行するまでにはかなりの時間を要する。逆に私たちが根負けしてそのままにする事も多い。そのよう

な患者さんに接するとき、まずは

されるだけで無く、心が浄化され

るので、オキシトシンの分泌が促進

されて健康増進に繋がるようだ。

これが認知症改善のエビデンスに

もなっている。

私も後期高齢者になつたが、ま

だまだ色々なところから役員就任

の依頼が来る。そのたびに稻盛語

録の中の「動機善なりや、私心なか

りしか」と自分自身に問いかける。

利己心が無くボランティア精神で

挑めば自分自身の認知症予防に

もなる。現在の私を育てて頂いた

学校や業界に、今少し恩返しを継

続したい。

利他的な生き方では「利他の

心」表した稻盛和夫さんが有名で

ご存じの方が多いだろう。京セラ

や第二電電の創業者で、日本航空

を甦らせて著書も多数であり、多

くの人に絶大な影響を与えたが、

私も影響を受けた一人であるが、

惜しくも2022年8月24日に



昔からの大切なものの



昨年度の星魂では、同窓生の皆様に「新校舎での教育活動がはじまりました」と報告をさせて頂き、是非一度

学校にお立ち寄り頂き、母校の様子をご覧下さいとお願いしました。しかしながらコロナ感染もまだ出口が見えず、皆様に毎年ご参加をしていただいている建学祭も10月に開催しましたが、飲食物を調理、提供することはまだ難しいと考え、今年度は同窓

会の皆様の出店は頂きませんでした。新校舎にお越し頂く良い機会を作れず、またコロナ感染状況も、未だに感染者数の増加と減少を繰り返しておりますが、少しづつWithコロナの社会様式に変化しておりますので、何かの折にでも、母校へお運び頂くようお願いいたします。

高校生の在籍数は少子化により、平成2年頃より全国的には年々減少傾向にあります、通信制高等学校は生徒数を増加させています。

なぜ通信制高校のみが生徒数を増やしているのか?通信制高校が昔と今では、いったい何が変わってきてているのでしょうか。

昭和の時代の通信制高等学校は「社会で働きながら学ぶ」勤労青少年を対象とした教育が主体でしたが、現在は高校生年代が中心となっています。また最近では、通信制高校のテレビCMが流され、1万人を超えており、その信頼関係」「生徒同士の絆」「自主性を

る生徒数を有する通信制高校も出現しています。

平成28年に、ある広域通信制高校による支援金の不正受給が発覚し、教育の中身を確認したら、不適切極まりない事例がいくつもあり、世間を騒がせたことがあります。この事件を契機に文部科学省は、通信制高校の教育の質確保に向け、有識者会議の開催や、法令等の改正にも着手しており、以降、全国的には少しずつ改善傾向にあると思われます。

これら通信制高等学校の全般的な状況について触れましたが、望星について少しご報告させて頂きます。

まず生徒数ですが、本校では校舎規模の関係もありますので、ほぼ横這いの状況です。今後も暫くはこの傾向が続くと思われます。

次に「教育の質」の問題ですが、これについてもお蔭様で高い信頼を頂いていると思います。東海大学超短波実験放送局をルーツとする「高校通信教育講座の配信」に加えて「レポートの電子化開始」など、これまでの教育スタイルに、新たな取り組みを進めています。これらの取り組みが評価され、文部科学省や、多くの通信制高校が本校に視察に訪れて頂いています。

このように社会的な評価を頂いている状況ではありますが、先進的な教育システムが望星高校の誇りではなく、「生徒と教員との信頼関係」「生徒同士の絆」「自主性を

校長 吾妻 俊治

重んじ、自律を促す教育」、昔から本校で行われていた教育の中身ことが最も切なものであり、通信制の教育であっても、人と人との信頼関係がなにより大切なことであると思思います。

私たちは、生徒・保護者の皆様と同様に、卒業生の皆様との絆も大切にしたいと考えております。

これまでと変わらず、母校への更なるご支援・ご理解を頂きますよう、お願い申しあげます。



学習、人との繋がりについて

藤島 優介



学生という期間

は、新たなことをたくさん吸収して学習に没頭するこのできる貴重な時間だと思います。

このように社会的な評価を頂いている状況ではありますが、先進的な教育システムが望星高校の誇りではなく、「生徒と教員との信頼関係」「生徒同士の絆」「自主性を

なかなか時間を取ることが難しいかもしれません、長期休みなどを上手く活用することです。私も趣味であるカメラの技能を磨いたり、新たな資格取得にチャレンジをしてみたりしたいと思っています。机に向かう勉強だけでなくインターネットを通じて気軽に習得できるものも多々あるので、遊びを得て人生をより豊かなものにしたいと考えています。

この文章を読んで頂いている方の中で何か目標を決めて挑戦をしている方がいらっしゃいましたら機会があれば私に教えていただけたら大変嬉しいです。また物事を始めるのに遅すぎるということは無いということを良く聞きますが、私もその通りだと思っています。得意な人と比べてしまうと自分にはそのレベルに達することは難しいのではないかと思ってしまうこともあるかもしれません、最初は誰もが初心者であり不慣れなのは当然のことだと思います。

継続は力なりという言葉があるように段々と力は後からついてくるものだと私は望星高校で過ごした3年間を通じて実感することができました。今後もその精神を忘れずにいたいと思っています。

話題は変わりますが、現在同窓会という仕組みを通じて母校との繋がりを持つことができています。今年は大学での用事と重なつてしまふことが多かつたため委員会への参加くらいしかできていなかつたのですが、今後は可能な限り時間を見つけて参加してみた

いと思っています。そこでの出会いや学びを財産とし、今後の生活に役立てていきたいと思います。

また、高校3年生のときに参加したハイ中期留学（S H I P）の仲間と再び会う機会が先日ありました。コロナ禍が続いているためなかなか集まることができませんでしたが、感染対策に注意を払いながら久々に会うことができました。一緒に食事をしながら各自の近況や留学中の思い出話などを交わしてとても有意義な時間を過ごすことができました。

去年は人との繋がりにとても恵まれた一年があつたと感じました。今年はその輪をより広げながら豊かな人生を送ることができるようにしていきたいと感じました。それと同時に、私自身も少しでも他の人に良い影響を与えるられるような人になりたいと考えています。

連合同窓会に

荒川 玲子

久しぶりに連合同窓会にいつきました。場所は横浜ベイシェラトン。

結婚式とかに使われている大きなホテルで始まるまでウロウロしていたらウエ



連合同窓会

上横手 涼太

今日は約三年前から始まつたコロナの流行により、去年一昨年と開催されなかつたため



連合同窓会の集まりは普段会えない人には見え、そこで交友関係を築ける出会いの場所だと思っています。20代や30代のみなさんもお忙しいとは思いますが、積極的に参加して欲しいです。

連合同窓会の会則についての説明が行われました。この講義についての説明が行われました。この講義の内容については東海大学見学80周年における大学改革・教育改革についての詳細内容となっています。

東海大学では新型コロナの大流行により、教育システムが変わりつある事がこの講義を通して分かりました。コロナにより、遠隔授業や9月入学が顕在化することなり、将来の東海大学の教育カリキュラムにも大きな影響を与える可能性があります。東海大学では新型コロナの取り組みとして、医学部の見解をもとにして行われて

田清志東海大学学長のお話し等々が終了後祝宴になり、フランス料理のフルコース、前菜以外は全て写メで撮りました。また同じテーブルにいた東海大学の学生に学長と一緒に写真を撮ってもらいました。学長の「君の成績とは関係ないからね」の言葉にその場にいた人々は大笑いしていました。久しぶりのせいかもしれませんが、みんな楽しそうでよかったです。書き忘れていましたが、食事中はフラダンスを見せてもらい、高校紹介の挨拶もしました。今後は北海道という話がでていたので楽しみです。

連合同窓会OB・OG会設立総会では、この総会の会則についての説明が行われました。結成45周年記念講演会では、東海大学の学長である山田清志学長が東海大学の現状についての講義が行われました。この講義の内容については東海大学見学80周年における大学改革・教育改革についての詳細内容となっています。

東海大学では新型コロナの大流行により、教育システムが変わりつある事がこの講義を通して分かりました。コロナにより、遠隔授業や9月入学が顕在化することなり、将来の東海大学の教育カリキュラムにも大きな影響を与える可能性があります。東海大学では新型コロナの取り組みとして、医学部の見解をもとにして行われて



今回、コロナとの共存を受け入れる社会へと徐々に変わっていき、連合同窓会が開催されたので良かつたと思います。次回、コロナに振りまわされずに同窓会が開催され、参加できたらいいなと実感します。

ディング姿の花嫁さんを見つけ、少しテンションが上がりました。

会場ではこのコロナ禍で仕方の無いことながら各々の近況や留学中の思い出話を交わしてとても有意義な時間を過ごすことことができました。

収支報告、連合同窓会の役員の紹介、山田清志東海大学学長のお話し等々が終了後祝宴になり、フランス料理のフルコース、前菜以外は全て写メで撮りました。また同じ

議事の内容は2021年度の経過報告等や連合同窓会役員の承認についての内容、2022年度の事業計画案・予算案の内容、連合同窓会OB・OG会の設立・時期定期総会の開催校同窓会、各校同窓会近況報告についての内容となっています。

連合同窓会OB・OG会設立総会では、この総会の会則についての説明が行われました。

また、仲間と挑戦し、成し遂げる力を育成することを視野に入れ、東海大学の強みでもある持続可能な社会に実現に向けて突き進んでいることが今回分かりました。

また、仲間と挑戦し、成し遂げる力を育成することを視野に入れ、東海大学の強みでもあると実感します。その後、最後に行われた講演会の記念レセプションではそれぞれの東海大学付属高校の近況報告が行われました。

また、仲間と挑戦し、成し遂げる力を育成することを視野に入れ、東海大学の強みでもあると実感します。その後、最後に行われた講演会の記念レセプションではそれぞれの東海大学付属高校の近況報告が行われました。

三年ぶりとなる東海大学高等学校同窓会を2022年11月12日に横浜ベイシェラト

ンホテル&タワーにて開催されました。今回は、連合同窓会役員会・総会受付、第45回定期総会・OB・OG会設立総会・結成45周年記念による講演会及びレセプションとなりました。

います。また2022年はコロナとの共存を受ける社会になりつつあり、授業の8割が対面授業となりましたが、遠隔授業でのまでのメリットが大きい科目は遠隔授業でのままとなっています。遠隔授業は講義の人数にいたのに気付かなかつたということもあります。

また東海大学ではSDGsとQOLのプランティングを重視しており、SDGsとQOLにおいての取り組みが強化されることが期待できます。このことから、東海大学では新型コロナウイルスやSDGs、QOLをテーマにして新たな取り組みを実施し、SDGsのタイトルと関連したことでもある持続可能な社会に実現に向けて突き進んでいることが今回分かりました。

新しい生活で



皆さんこんにちは。2022年度卒業生の北島希実と申します。私は高校一年生の秋に望星高校へ転入しました。パニック障害という病気を抱えながらも、家族や学校の先生や友達のおかげで無事に卒業できました。

今は大学に進学し、公認心理師の資格を得るために心理学を学んでいます。

入学当初は病気を抱えながら大学生生活を送れるのか、周りの同級生達と仲良くなるのか不安でした。そんな中、私は一年間の目標を決めました。それは「本当の自分を忘れない」ことです。たとえ大学でつまずく事があったとしても、周りの意見に流されずに、「自分らしさ」を大切にすればきっと充実した大学生活になるだろうと思つたからです。そして大学の授業が始まつてからは、学校で体調を崩した時に気にかけてくれる友達や、自然体で接することが出来るような友達ができました。

私は大学の心理学の授業やボランティア活動を通して、「相手に立場になる」との大切さを学びました。私は将来、公認心理師として困難を抱える子ども達やその周りの人達の相談支援をしたいと思つています。その為には知識だけではなく相談者的心に寄り添うスキルが求められます。だからこの「相手の立場になる」事はこれから先ずっと大切にしていきたいと思っています。

最後になりますが、この文を読んでくださった皆さんに「自分らしさを大切にしよう」と思つて貰えると嬉しいです。

2022年度卒 北島希実

皆様お元気ですか？

まだ新型コロナの収束がみえ

今年はなんとか開催したいのです
が、まだ学校行事日程が現時点で決
定しておらず、使える教室の問題や
今まで懇親会を開いていたYカ
フェは営業しておりません。又、祝年
で利用していた霞ヶ関の校友会館も
有りません。

今年も懇親会を行わず総会だけ
をオンラインを含め開催したく思
います。だからこの「相手の立場になる」
月頃掲載いたしますので宜しくお
願いいたします。

オンライン会議や総会ですが、ZOOM
をこなせる方が少なく、いまだ実行してお
りません。LINEは一部使用しております
が情報伝達に不便さがあります。これら
の利用方法に詳しい方で、会員にもレク
チヤーできる方を求めています。

昨年もお願ひしたことですが、今後の同

窓会の運営のしかたも大きく変わら
う。今を大きな変革期ととらえて、役員編
成や方向性も今にあつた同窓会のあり方を
定めていきたいと思います。

皆様のより一層のご支援ご協力をよろし
くお願いいたします。

第六十回

望星同窓会のご案内

編
集
後
記

皆様お元気にお過ごしでしょうか？新型

コロナの収束は見られませんが、経済優先
にしないと日本全体が重い病にかかる状
態になります。早くコロナの経口薬が出て
普段の風邪と同じレベルになるのが待ち遠
しいですね。

前回から役員を一新して、少しずつ新し
風が吹いて参りました。連合同窓会にも役
員変更もあり、今年は北海道札幌高校が幹
事行となり楽しみです。

コロナ禍ですが秋の卒業式を始め、少し
学校行事も復活して参りました。まだまだ
原稿のネタになるものが無く、充実した会
報作成ができません。会員の皆様も執筆は
自由にできますので投稿お願い致します。

今一番の悩みは、同窓会総会並びに懇親
会の会場の件ですが、なかなか良い方法が
見つかりません。皆様の良いお知恵があり
ましたら是非ご一報下さい。

日 時 令和5年6月初旬(日)
場 所 総会 望星高校新校舎

