



# 日進中だより

学ぶ生徒 誠実な生徒 鍛える生徒

令和7年 9月 1日  
第 6 号  
さいたま市立日進中学校  
TEL 048-663-1251  
FAX 048-663-0834

## 日々是好日

校長 長岡 有実子

「日々是好日」、これは禅の言葉です。平穩無事な日々という意味で使われることがあります。本来の意味とは違います。本来は、うれしいことがあった日も、思うようにできなくて失敗して嫌な気持ちになった日もそれらは二度とやり直しができない大切な一日であり、今この一瞬を大事にしていつも新鮮な気持ちで日々迎える、どんな日でも毎日新鮮で最高にいい日であるという意味です。鎌倉時代のはじめ、争いが始終行われていた時代に、武士はいつ戦が始まるかもわからない状態でしたので、禅の精神である「今」「この瞬間」を大切にということが、武士たちの間に広く支持されたのは、自分の生き方に手を抜かず、今このときを精一杯生きよう、この瞬間を精一杯楽しもうという思いによるものなのでしょう。

一日、一日を大切にすることは、この世に生まれてくることのできた私たち一人ひとりが、遠く自分の先祖や、他人であっても日々支えてくださる方へ感謝の気持ちを表すことになるのです。毎日の生活は、朝起きて、食事をして、学校に行き（仕事に行き）、授業に取組み（仕事をして）帰宅するという同じこと（行動）の繰り返しかもしれませんが、まったく同じ日はありません。苦しいこと、つらいこと、楽しいこと、嬉しいことなどいろいろなことがあります。その日々を、人生のかけがえのない時間と捉え、楽しいことばかりを見るのではなく、つらいことや悲しいこともしっかりと受け止め、充実した生活を送っていくことが「日々是好日」の本質であると思います。

2学期は、体育祭を皮切りに様々な行事を控えています。一人ひとりが、クラス、学年の一員として、部の一員、そして日進中の一員として何をすべきかを考え、丁寧に行動してほしいと思います。そしてうまくいかないことがあった時には、「失敗も次の成功につなげるための必要なことだったのだ」と思い、「今のこの苦しさを乗り越えると自分が成長するのだ」とプラス思考にとらえ、自分自身を信じて成長につなげてほしいと思います。

2学期の日進中学校が、どんな日も「日々是好日」でありますよう、生徒と教職員、そして日進中に関わってくださるすべての人々が一丸となって、毎日を送り、心に残る素晴らしい思い出が一つでも多くできることを願っています。

希望の登校 笑顔の活動 満足の下校