

人生は姿勢で決まる

生徒諸君は日々の生活で自分の姿勢について、気をつけていますか。人は見た目だけで判断されてしまうことがあります。竹内一郎著『人は見た目が9割』（新潮選書）という話題になった本もありました。人の外見と中身は、当然違います。しかし、見た目の姿勢が与える印象は、強いインパクトがあります。背筋が伸びて、姿勢のよい人は、着こなしも美しく好印象を与えます。同時に元気があり、自信に満ちているようにも見えます。正しい姿勢を保つためには「座骨で座る」ことが大切です。座骨の探し方は、手の上に座りません。手にご

りごりとした尻の骨が当たります。それが座骨です。座骨が分かたら、手を外して座骨が椅子の座面に当たるようにしっかりと座ると正しい姿勢になります。正しい姿勢の歩き方は、あごを軽く引いて、伸ばした首を後頭部から糸でつり上げられているように気をつけて歩くことです。目線はまっすぐにして、少し遠くを見ることです。常にしっかりと前を向き、顔を上げて、猫背に気をつけて胸を張り、腰を立てることが重要です。人生百年を生きる諸君は、座学も歩行も正しい姿勢を心掛けて下さい。艱難辛苦の時も背筋をすっと伸ばし、前に見える光を見失わないことです。人生は姿勢で決まるのです。

○語彙力チエック

①次の□には「不」「非」のどちらが最適か。

A 誰もが困る制度は、□合理である
B □合理主義にも一考の余地がある
C できるなら、□合理を改めたい。

②□に漢字一字を入れて「こうり」と読む二字の熟語を作れ。

A □吏 B 公 □ C □利 D 功 □

③「荒寥」の「寥」の正しい読みは次のどれか。

A びゅう B びよう C りよう D しん

④次のような「涙」を二字の熟語で何というか。

A 感謝や感激の涙 B 見せかけの涙
C 悲しみや憤りの極まった涙

⑤「呉越同舟」とは、次のどの状態か。

A 敵同士が協力し難事に立ち向かう
B 味方同士が協力し難事に立ち向かう
C 敵を味方につけて難事に立ち向かう

（解答）① A 不 B 非 C 不 ② A 公 B 理（園） C 高 D 利 ③ C ④ A 感涙 B 空涙 C 紅涙（血涙） ⑤ A