

## 自分の力を十二分に発揮できる準備をしよう

受験本番が近づくと、「あとどれくらいやればいいんだろう」「本番で緊張しないかな」と不安が募ることがあります。でも、実は大切なのは“完璧を目指すこと”ではなく、自分の力をしっかり出せる状態をつくることです。そのための準備は、勉強だけではなく、生活リズムや心の整え方にもあります。気温の変化が大きく、体調を崩しやすい時期です。感染症予防をしっかり行い、元気に登校できるよう心がけましょう。卒業までみんなで歩んでいけるよう、一緒に頑張っていきましょう。

## 『時間』は誰が決める？・閏年から考える時間の話。

今年の2月は、いつも通り28日まで。29日がある年とない年があることは知っていても、その理由を考える機会はあまりないかもしれません。実は、私たちが「1年=365日」と習ってきたこの数字は、自然のリズムにピタッとは合っていません。地球が太陽のまわりを一周するのにかかる時間は、正確には365日と約6時間。この6時間のズレが毎年積み重なると、暦と季節が少しずつずれてしまいます。それを調整するために、4年に1度だけ1日を足す——それが閏年です。次の閏年は2028年にやってきますが、閏年“ではない”今年だからこそ、時間について考えてみるのも悪くありません。

## 『時間』は自然のもの？それとも人間が作ったもの？

私たちが使っている“1日・1年・12か月”といった区切りは、すべて人間が生活しやすいように作った約束事です。しかし、自然はその約束に完全には合わせてくれません。だから、人間のほうが自然に合わせて、ときどき調整する必要があります。ここから見えてくるのは、時間は「変わらないもの」ではなく、「工夫して使うもの」だということ。

## “いつも通りの2月”を特別な月に

時計の針はだれにとっても同じ速度で進みます。でも、その時間をどう使うかで、1日の重さはまったく変わります。受験が近づいた今、中学生活が終盤にさしかかった今、1日がいつもより早く過ぎていくように感じる人もいるでしょう。そんなときこそ、“自分の時間”を自分でつくっていく意識を持ってほしいと思います。その時間にどんな「意味」をつけるかは、一人ひとりです。残りわずかの中学校生活、丁寧に、前向きに過ごしましょう。



## 【3月の主な行事予定】

3/2(月)一般選抜前日指導、3/3(火)一般選抜(学力)、3/4(水)一般選抜(面接)午後登校、3/5(木)②③修了式・卒業式予行、3/6(金)卒業式、3/13(金)一般選抜結果通知

## 現在「1秒」は次のように公式に定義されている

セシウム133原子の基底状態の2つの超微細準位間の遷移に対応する電磁波の振動が9,192,631,770 回起こる時間を1秒とする。つまり現代の「1秒」は、地球の自転とも公転とも関係なく、原子が生み出す非常に安定した“振動数”を数えることで決めているのです。

## 将来は定義が変わるかも？

2020年代に入り、セシウムよりも100倍以上正確な「光格子時計」などが登場しました。セシウム基準より桁違いに精密なので、秒の再定義が世界で議論中です。→ 2030年に再定義案が提出される見込み  
光格子時計や単一イオン光時計が候補

## まとめ（とても簡単に言うと）

昔：地球の自転 → ぶれていて不安定  
今（1967～）：セシウム原子の振動（9,192,631,770 回）  
未来（2030年頃？）：光の振動（光格子時計など）になる可能性あり