

## ”ある高校3年生達の会話”

「やっぱ、この時期2日間続けて遊ぶのって、やばいよなあ。」

「でもさあ、気持ちが遊びたくって、それでも勉強するのって、あんまり効果ないよ。」

「そうそう。おれ達ってサッカーやってて時間がなかったのにさあ、勉強やっては休憩して、ちょっと遊んでは勉強やったりで、よくなかったよなあ。」

「そうすかあ。俺、土曜日友達と服買いに行く約束したら、他の”だち”から『日曜、遊ぼう』ってメール来ちゃったんだよなあ。」

「いいじゃん、パーと遊んですっきりしたら。」

「でもなあ、午前中だけだと思ってメールしたら、『午後も』って言うんだぜ。」

「えっ！丸1日！！前の日に買いもんで、次の日、また遊ぶんだろ？」

「うんだよなあ。どうしょお〜。」

「だちも大事だよなあ……。そ！ 要は、気持ちの切り替えと集中力だよ。って言うのは簡単だけさ……。」

「あ〜〜あ、遊びてえ。でもなあ、べんきよ、べんきよだよなあ〜。」

「うんだなあ……。俺も。」

「だったら、パーっと遊べよ。その方が後で心おきなく勉強に集中できるぜ。」

「うんでも、この時期、やばくない？」

「うん？おい！こんな話してたら、時間、無駄にたっちゃうぞ。誰だ？！『気持ちの切り替えと集中力』って言ったのは。」

「あ！やべ！」

「ホントだ！」

2000年9月15日（金）付け「ひげぐま先生のひとりごと」から