

生徒指導通心



2024.12.24 第17号
生徒指導主任 川崎洸嗣

本日で二学期終了となります。二学期はどうでしたか!? 一年で一番長いこの学期、目標を見失いそうになりながらも、自分に負けそうになりながらも頑張った日々だったのではないのでしょうか!? さて明日から冬休みです。待ちわびていた人も多いでしょう。特にこの休みは、クリスマス、大晦日、お正月とイベントも多いです。そんなイベントに振り回されることがないように、自分が今したいことは何か。しっかり考えて毎日を迎えるようにしてください。また次の三学期はあっという間の学期です。次の新学年に向けてステップアップできるように、新しい目標を見つけ、新年をお迎えください。来年も更に良い年となるように、先生たちみんなで祈っております。

【新年の抱負は!? ～挫折する目標より、成功に導くための目標を!!～】

身も蓋もないことを言えば、90%近くの人たちは新年の抱負を決めても挫折します。新年の抱負で迷っている人もいるでしょう。基本的に目標は空想の産物であり、絵空事です。しかし、せっかく目標を立てるのだから達成する目標にするのが一番。自分の身の丈に応じ、当たり前の事を設定する事が達成しやすいポイント。以下の5つの例を参考に、新年の目標を考えてみましょう。



《健康第一》

健康は人生において最大の資産です。これがいまいちだと、やりたいことも、やるべきことも、まなりません。新年の抱負には健康増進を必ず入れましょう。具体的には運動習慣の形成と、部活動など協働作業を目標にしましょう。

《幸福感を重視する》

幸福感を高めるコツは「過去は忘れて、未来は考えず、今に集中する」です!! これは、命が短い昆虫や花が一生を全うしようとしている姿に似ているように思います!! まさに今この瞬間を全力で生きる事です!! だから今すぐにできる目標を立てる事が大事です!!

《嫌な目標は立てない》

嫌な目標を立てるより、自分に素直になり、本当にやりたいことだけに絞る。他人と同じような目標を立てる様じゃ、本当の自分を見つけるのに時間がかかります。同じじゃなきゃ友達と言えないなら、それは本当の友達ではありません。違う目標を応援し合うのが本当の親友です。

《とりあえず早々に達成する》

人生の目標は誰も決まっておらず、自分で最適になるように決める他ありません。また人は忘れる生き物です。去年の目標はもう覚えていないでしょう!? だからすぐに達成できる目標を立て続けるのです。それが、一か月後、半年後、一年後の自分の力に変わります。

《とにかく行動》

健康と幸福感がほどほどにあれば、後は行動力が人生を左右します。行動して失敗しても経験値が残るので、とにかく身体を動かす事です。「新年の抱負はどうしよう?」なんて考えていないで、パツと思いついたことからやってみましょう。

前項の続きです。

以上が、新年の抱負の立て方です。もう2025年も目の前。終業式を迎えた今、さらなる飛躍を目指し、目標を設定し、見える所に記録を残し、達成へ突き進んでいってください。各個人の成長が、東和中学校の発展に力を貸すことになるでしょう。最後に…2025年がどういった年になるか楽しみにしております♪

徳川家康(1542～1616年) 戦国大名、江戸幕府初代将軍。徳川氏の祖



“正月^{びょうてん}暁天より、その歳の大晦日^{おおみそか}と心得ること ※暁天とは明け方という意味”

【解釈】正月の早い時間からすでに年末へのカウントダウンは

始まっている。次の年末を意識して行動していきましょう。

長寿の秘訣!? 日本史上の三英傑^{さんまいけつ}は、織田信長が48歳、豊臣秀吉が61歳、徳川家康が73歳で亡くなっています。どうですか!? ストレスは短命となりますが、上記の目標を掲げ、自分への緊張感を高め続けた徳川家康は、この当時の平均寿命を上回っています。人は前向きに目標を持ち続け、焦らず気持ちを溜めることで健康を維持できます。最後にその三英傑の性格を紹介します!!

鳴かぬなら 殺してしまえ ほととぎす(織田信長) 鳴かぬなら 鳴かしてみせよう ほととぎす(豊臣秀吉)

鳴かぬなら 鳴くまで待とう ほととぎす(徳川家康) ※長生きと性格の関係はあるのでしょうか!?

特に平凡な毎日が過ぎて行く人程、緊張感を持ち、自身にプレッシャーを与え、耐えて成長していく^力を養いましょう。その^力こそ今の東和中学生にとって大切な^力であり、その^力の育成が課題だと思います。来年、来年度とさらなる皆さんの成長を期待します。目的なき夢は意味をもちません。自分が何の為にそのことを目指しているのかをしっかりと胸に刻むようにしましょう。

皆さんのご協力で、二学期も東和中学校は、安心して生活できる場所になったと思います。右記の点をもう一度見直して、三学期は全学年でより良い東和中学校を作り上げていきましょう!!

三学期の東和中学校の目標

- ①情報通信機器や言葉の正しい使い方ができる!! (人を傷つけない)
- ②心の正しい調整方法を考えることができる!! (相手の事まで考えられる)
- ③学校の校則を常に考える!! (みんなでルールを守り合う)
- ④みんな楽しく学校生活を送ることができる!! (困っている人がいると声をかけてあげる)

【生徒指導からの連絡】 二学期何か困ったことはありませんでしたか!? たくさんの先生方や大人、友達と話できましたか!? 成長中の皆さんを支えるのは、心です。心の勉強をしっかりしていきましょう。不安なことがあれば担任や学年の先生、生徒指導の私へ気軽に相談しに来てください。悩みは大きくなる前に解決しましょう。三学期も元気な姿で登校してください。そして2025年も良いお年をお迎えください。

【今後の予定】●1月6日(水):三学期始業式 ※式典となりますので、ドレスコードで登校をお願いします。

●1月8日(金):1,2年生:冬季課題テスト 3年生:第4回実力テスト ※休み中の学習が点数に大きく影響します。

※年末年始遊びすぎに注意してください。特に社会生活におけるマナーや不審者にはくれぐれも要注意!!

※休暇中に気になることがあれば、始業式でも結構ですので、なるべく早めに担任もしくは生徒指導までご連絡いただければと思います。