

# 高浜中学校だより

平成 30 年 9 月号 NO.5

黄金色に輝く稲穂がたわわに実り、頭を大きく垂れて収穫の時期を待っています。

今年の夏は、連日の猛暑・酷暑に見舞われ、最高気温が 40 度を超える地域もありました。そんな中、生徒達は、部活動や駅伝競技の練習、補充学習、職場体験学習などに精力的に取り組んでいました。熱中症が心配されましたので、部活動や駅伝の練習では、こまめな水分補給はもちろんのこと、日陰の確保、塩分の準備、十分な休息を徹底してきました。また、屋内の学習についても適切なエアコンの使用を心がけてきました。体の不調を訴える子もいましたが、どの生徒も大事には至っていません。9 月に入っても暑い日が予想されますが、生徒の健康を第一に対応をしますので、ご理解とご協力をよろしくお願ひします。

## 目標を持って計画的に

2 学期を迎えるにあたり、始業式で生徒に次のような話をしました。(要旨)

「2 学期は、9 月の高中祭、10 月には部活動の新人戦、そして、11 月には3 年生の学力診断テストを予定しています。これらの行事や大会は、みなさんを大きく成

長させてくれます。しかし、漫然と行事や大会をこなしたり、テスト受けたりするのではあまり成長は期待できません。大切なことは、『目標を立て、計画的に行動すること』です。



例えば、新チームとなった部活動では、「県大会、1 回戦突破!」という目標を掲げ、そのために、2 週間はランニングと体幹強化のためにトレーニングの時間を多くとる。また、家でもバットの素振りを毎日 100 本続けるなど、チームとしての目標と個人としての目標を具体的に立てるのです。ここで大切なことは、行動には数値を入れることです。『2 週間』とか『毎日、100 本』というようにです。更には、これらを表などにして、立てた行動目標をクリアすれば、自分でシールを貼ったりマジックで消したりしていくのです。そうすると、努力の跡が目に見えて前向きな気持ちになります。その結果、自分に力が付きチームが強くなり、『県大会、1 回戦突破!』という目標が達成できるのです。このことが『成長』なのです。(裏面に続く)

学習についても、同じように考えてください。3年生は、毎月のようにテストが予定されています。その目の前のテストにばかりに気をとられないでください。例をあげるなら、まずは、11月の学力診断テストに向かって計画を立ててください。『1日1日にやるべき内容』を具体的に立てるのです。そして、できたらシールを貼ったりマジックで消したりしてください。

今まで目標を立ててそれに向かって行動を起こした人もいます。でも、時々計画通りに進まず、途中で止めてしまった人もいないでしょうか。でも、安心してください。うまくいかなかったら、もう一度計画を見直して自分に合うように作り替えればいいのです。そして、また粛々と取り組めばいいのです。いちばんの失敗は止めてしまうことです。

自分に合う計画を立ててください。そして、できた跡を残してそれを1週間後、1ヶ月後、3ヶ月後に眺めてください。きっと学習や部活動に前向きになります。そして、自分を褒めたいくなることでしょう。そこに『自信』が生まれ、人としての『成長』があります。みなさんにとって実り多き2学期であることを祈ります。」

『あせらず、やすまず、あきらめず』

『地道な努力をおしまない生徒』

## 釈宗演顕彰にかかわって

安政6年12月18日（1860年1月10日）に高浜町の若宮にお生まれになった釈宗演。京都の妙心



寺等で修行を積まれ、後、鎌倉円覚寺の管長になられます。その間、福沢諭吉に英語を学び、日本人の僧としてはじめて海外で「ZEN」（禅）を広められます。逸話としては、夏目漱石が釈宗演に師事したことが有名です。

この偉人を顕彰しようと高浜町の「釈宗演を顕彰する会」の方々が中心になって様々な活動を行っておられます。その中のひとつとして、高浜中学校では、2年前、美術部が釈宗演の生涯について、紙芝居を作製してくれました。また、今年、9月15日（土）から17日（月）には、大成寺等で、この紙芝居を外国人のために英語で紹介するという企画にも本校の生徒が協力する予定です。

## 生徒の活動の様子はブログで

普段の生徒の活動や部活動の成績などをブログにアップしています。ご覧ください。