



「昨日の自分」を、ほんの少しだけ超えてみよう

みなさんは、「1.01」と「0.99」の法則を知っていますか？

「今日は昨日より少しだけ頑張ろう」と1.01の力で過ごす人と、「これくらいでいいや」と0.99の力で過ごす人。その差は、わずか「0.02」です。しかし、小さな差でもこれを365日繰り返すと、1年後には驚くべき結果になります。

$1.01 \times 1.01 \times 1.01 \cdots \times 1.01 \times 1.01$ を365回繰り返すと「38」（約38倍の成長！）

$0.99 \times 0.99 \times 0.99 \cdots \times 0.99 \times 0.99$ を365回繰り返すと「約0.03」（今の力がほとんど残らない……）

ほんの「+0.01」の努力を続けるだけで、1年後には今の自分より38倍もたくましくなれるのです。逆に、少しの妥協を続けると、自分の力はどんどんしぶんでしまいます。

校内ではみなさんの「自立」を感じる場面が増えてきました。

- ・自分から気持ちのよい挨拶ができる人
- ・みんなの前で堂々と自分の考えを発表できる人
- ・授業開始のチャイム前に着席できている人
- ・静かに集中して朝読書に取り組む人
- ・自学ノート（+ONEノート）でコツコツ自分を磨く人



どれも当たり前のことのように見えますが、それらを「昨日より丁寧に」と意識して取り組んでいるみなさんの表情は、とても輝いています。これらはすべて、自分自身の「やる気スイッチ」を自分で押した結果です。

誰かにスイッチを押してもらうのを待つのではなく、自ら動く。その「+0.01」の繰り返しが、1年後、あなたを想像もできないような高い場所へ連れて行ってくれるはずです。



さあ、今日はどんな「+0.01」に挑戦しますか？ 昨日の自分を、ほんの少しだけ乗り越える一日に、そして一年にしていきましょう！

校長 廣澤 孝俊

1月行事予定

- 8日（木）始業式、書き初め
13日（火）3年地域学力調査
全校生徒発育測定（～19日まで）
14日（水）3年地域学力調査
20日（火）学校公開
23日（金）英語検定
24日（土）奥能登吹奏楽合同練習会（輪島中）
26日（月）生徒会委員会
29日（木）1,2年到達度テスト
30日（金）3年私立入試、1,2年到達度テスト



2月行事予定

- 2日（月）全校集会
10日（火）2年立志式
11日（水・祝）奥能登吹奏楽合同練習会
12日（木）小学校体験入学
17日（火）18日（水）3年期末テスト
19日（木）1年職業人講話
20日（金）生徒集会
24日（火）生徒会委員会
26日（木）1,2年期末テスト
27日（金）1,2年期末テスト、1,2年救命救急講習会



書き初め大会

始業式の後、書き初め大会が行われました。皆、真剣な表情で新年の決意を込めながら筆を運んでいました。書き初めの校内展示は21日までです。学校公開（20日）にお越しの際は、ぜひご覧ください。

なお、金賞受賞者は以下の通りです。



1年生
2年生
3年生

栄光の記録



12月7日（日）に行われたアンサンブルコンテスト奥能登支部大会において、管打七重奏が金賞を受賞し、支部代表に選ばれました。また、木打四重奏は銀賞を受賞しました。さらに、12月21日（日）に行われた県アンサンブルコンテストでは、管打七重奏が銅賞を受賞しました。おめでとうございます！！

アンサンブルコンテスト奥能登支部大会 金賞（支部代表）

金賞

石川県アンサンブルコンテスト 銅賞



薬物乱用防止教室～正しい知識で自分を守る～

学校薬剤師の竹端 裕さんを講師にお招きし、3年生を対象に薬物乱用防止教室を実施しました。身近なカフェインの摂取や、かぜ薬・睡眠薬などを必要以上に服用してしまう「オーバードーズ(OD)」についてお話をあり、心身や命に及ぼす影響について学びました。また、大麻などの違法薬物についても、若い世代にとって決して遠い問題ではないことが説明され、正しい知識を持つことの大切さが伝えられました。生徒たちは、薬物を勧められた際に断ることや、その場を離れる行動が自分を守ることにつながると理解し、命と将来を大切にする意識を高めることができました。

学校公開(校内球技大会)のお知らせ

3学期の学校公開は**1月20日(火)**に行います。ぜひこの機会に、学校や生徒たちの様子をご覧いただき、ご意見・ご感想をお寄せいただければ幸いです。

なお、当日は各学年による球技大会（バレーボール）も予定されています。体育館内は大変寒くなることが予想されますので、参観される方は防寒着をご準備ください。

奥能登語り継ぎプロジェクト

3年生12名が参加している「奥能登語り継ぎプロジェクト」の様子も、毎日新聞に大きく掲載されました。紙面をそのまま掲載しますので、ぜひご覧ください。



石川・穴水中「東日本」の伝承者 招いて学習会



穴水中3年生12人が、宮城県石巻市で語り部活動をする阿部任さん（中列右から2人目）、高橋輝良々さん（同3人目）から学んだ「奥能登語り継ぎプロジェクト」＝2025年11月28日

A group of approximately ten students, both boys and girls, are posed in two rows in front of a chalkboard. They are all wearing dark blue school uniforms with red collars and red bows. The students in the back row are standing, while those in the front row are seated on chairs. The chalkboard behind them is green and has some faint markings.

語り継ぐ大切な人へ

跡の生還」と報道され、高校一年時の後悔を、承認で語る阿部先生(3)。「誰に伝えるか、自分は何を伝えるか、相手なん思いなのか、どんな行動をとっていいのか。伝承に大切なことです」と語った。