



学校だより 2月号

さわやか

令和3年2月1日
かほく市立河北台中学校

【発行】
学校長 荒山 浩
生徒指導主事 川端勇一郎

□ 心が変われば、・・・、運命が変わる！

かほく市立河北台中学校長 荒山 浩

今年の正月、そして1月の3連休には大雪が降り、皆様のご家庭でも除雪の日が続いていたことと思います。その雪もようやく解けてきたかと思ったところに、私立入試の日に再び暴風雪となりました。しかし3年生は立派でした。誰一人遅れることなく各高校へ向かうことができました。また、2年生は立志式でしたが、これもまた立派に行うことができました。代表者はもちろん、聞く態度も素晴らしかったです。さらに1年生、これまでも「いろいろな人の生き方に触れる会」を行ってきましたが、今回の裁判官から学ぶ機会においても、メモを取りながらのきちんとした態度に、講師の方も褒めてくださいました。ぜひとも、この良さをこれからも続けていって欲しいと思っています。

さて、今それぞれ将来のことを考える、実行する機会となったことで、次のことから自分を見つめ直してみよう。

こんな言葉があります。私自身20年前に、ある先生から聞きました。石川県のスーパースター松井秀喜さんの座右の銘でもあります。それは、

心が変われば行動が変わる
行動が変われば習慣が変わる
習慣が変われば人格が変わる
人格が変われば運命が変わる

です。生徒の皆さん、聞いたことありますか。

まずは「**心が変われば行動が変わる**」です。

私たちは普段、本能的な行動と共に、なにがしら頭で考えて行動しています。つまり、行動というのは自分が感じていること、考えていることから選ばれた一つです。ここで、自分の感じ方や考え方を考えることで、自分が選ぶ行動というのは変わってくるのです。

人が心を入れ替えることを、「改心」と言います。良い人間になろうと改心した人は、悪いことをしないようになり、他人に親切な行動をとるようになってきます。これは「良い人間になろう」と変わった心が、良い行動を生み出しているということです。

続いて「**行動が変われば習慣が変わる**」です。

習慣というのは、日常的に繰り返される行動のことを指します。つまり、一つの行動が、何回も繰り返されることで「習慣」となるのです。例えば、「朝、人とすれ違っても挨拶をしない」という習慣がついてしまっているとします。その人が、「挨拶をする」という行動を起こすことで習慣のきっかけが生まれます。この行動を繰り返すことで、「朝、人とすれ違ったら挨拶する」という習慣が出来上がっていきます。

3つ目は「**習慣が変われば人格が変わる**」、最後に「**人格が変われば運命が変わる**」です。

悪い運命を変え、自分に良いめぐり合わせが来るようにするにはどうしたらよいのでしょうか。まずは「心」を変えることが重要です。運命をいきなり変えることはできません。まずは自分の心から変えていっていきましょう。

いきなり大きなことを変える必要はありません。「朝、挨拶をいつも以上大きな声でする」「日頃の清掃でこれまで以上にきれいにする」でもよいし、「毎日の家庭学習習慣を身に付けるために机の前に2時間座る」でもよいです。この変化が雪だるま式に大きくなり、自分の人生を変えてくれるのです。

中学校時代は今です。まずは「**心が変われば行動が変わる**」「**心を変えて行動を変える**」こと、「**行動が変われば習慣が変わる**」「**行動を変えて良き習慣を身に付ける**」ことに頑張ってみてはいかがでしょうか。



□ 2月の全体目標 「総仕上げ！」

2月を総仕上げの1ヶ月と位置づけました。期末テスト、3月の公立高校入試、卒業式、そして進学・進級を充実したものにすることもこの2月が最重要月となります。

「冬来たりなば春遠からじ」つらい時期を耐え抜けば、幸せな時期は必ず来るといったとえです。寒い時期もあとわずか。心身共に鍛えステップアップしてくれることを願っています。



《生活》キーワード「凡事徹底」

身だしなみ(生活委員会)				
	ネーム	ボタン	ソックス	つめ
1年生	98	100◎	100◎	88▲
2年生	100◎	97	100◎	97
3年生	100◎	99	100◎	98

左は身だしなみチェックの結果です(%で表示)。多くの生徒が正しく清潔感のある身だしなみができていました。

周りの人に気持ちの良い印象、さわやかな印象を与える身だしなみは社会の一員として大切です。つめについては安全面や衛生面を考える上でも短くカットしておきましょう。

今月の生活目標の具体は2つです。「時間・時刻を守ること」と「身だしなみを整えること」です。登下校、ベル学、給食の準備や清掃活動など時間を意識して行動すること。身だしなみをしっかり整え学校生活を送ることを達成してほしいです。

《学 習》キーワード「最後のテストで最高の結果を！」

2月18日(木)、19日(金)は3学期期末テストが行われます。このテストが1年間を締めくくる、最後の定期テストとなります。ここまでのテストはどうだったでしょうか?満足のいく結果を残せた人もいれば、「もう少しやっておけば・・・」と悔いの残る結果だった人もいることでしょうか。いずれにせよ、次が最後のテストです。「終わりよければすべてよし」という言葉もあるように、最後のテストを最高の結果で締めくくり、来年度につなげてほしいと思います。

【「最高の結果」を残すために・・・さっそくやってみよう!!】

① 「早めに」始めよう

最高の結果を残すためには、十分な準備(テスト勉強)が必要です。早めにテスト勉強を始めることで、1日あたりに取り組まなければならない量を減らすことができます。早めにテスト勉強を始めるためにも、まずは計画を立てることからスタートしましょう。



② 「毎日」続けよう

計画を立てたら「実行」あるのみです。早めに学習をスタートすることができれば、1日あたりに取り組む量を減らすことができます。「ちりも積もれば山となる」と言われるように、毎日こつこつと続けることこそが学力アップへの近道!計画に沿って毎日の授業を大切にしつつ、家庭学習にもこつこつと励んでいきましょう。

③ 「時間をかけて」「何度も」やってみよう

最高の結果を残すためには、苦手な問題をなくすることが欠かせません。わからない問題や間違えやすい問題にこそ、何度も繰り返し解いてみたり、先生に質問したりするなど、時間をかけて取り組んでほしいと思います。

テスト期間中は、各学年で質問教室や補充教室などを実施する予定です。ぜひ、参加してください。休み時間や授業中の質問も大歓迎です。