



# 津幡南中だより

津幡町立津幡南中学校

校長 田中 宏志 Tel.288-7420

令和8年1月7日(水) NO.9



校訓

☆燃えるような情熱

☆ひたむきな純粋さ

☆たゆみない向上心

## 『一年の計は元旦にあり』

校長 田中 宏志

生徒のみなさん、保護者の皆様、新年明けましておめでとうございます。2026 年が、より良き一年になるよう心より願っています。

さて、新しい年を迎えるにあたり、先生が毎年大切にしていることは「一年の計は元旦にあり」ということです。このことわざは「ものごとを始めるに当たり、計画を最初にしっかり定めておくべきだ」という意味を示す言葉です。

「計」とは「計画」のことで、この文自体は「一年の計画は、年の初めである元旦に立てておくべきだ」ということを表しています。「元旦」とは「1月1日の朝」ということですので、まさに「1年の最も初めの時間に、その1年全体の計画をしっかり立てることが、目標を達成させるためには大切だ」と説いている言葉だといえます。

「一年の計は元旦にあり」ということわざが生まれた由来の1つとして、戦国武将毛利元就が書状にしたための言葉から成り立ったとする説があります。「三本の矢」でも知られる戦国希代の知将毛利元就は、生涯にたくさんの書状などを残しており、名言も多いとされる武将です。その残された書状の中に、



「一年の計は春にあり、一月の計は朔（ついたち）にあり、一日の計は鶏鳴にあり」という言葉があります。「春」とはやはり年初、「朔」とは月初、「鶏鳴」とは鶏が鳴く早朝を意味します。つまりこの一文は「1年の計画は年初に、1か月の計画は初日に、1日の計画は早朝に立てなさい」ということを表しています。この最初の文が「一年の計は元旦にあり」の由来とされています。

また、中国明代の書物『月令広義（げつりょうこうぎ）』を由来とする説もあります。『月令広義』は伝統的な行事やしきたりを解説した書物で、その中に、「一年の計は元旦にあり」の由来になったとされる次の言葉の記載があるとされています。

「一日（いちじつ）の計は晨（あした）にあり、一年の計は春にあり」  
一日の計画は一日が始まる朝に立て、一年の計画は一年が始まる春に立てることから、「物事の初めに計画を立てると充実度が高まる」という意味で使われる言葉です。なお、晨は「しん」や「あした」と読み、夜明けや早朝を意味します。

年の初めには、誰でも新たな気持ちで「今年こそはこれをやろう」と心に思うものです。そして結果はともあれ、「目標を定めて努力すること」が大切なのです。2026 年という新しい年を迎えるにあたり、津幡南中学校の皆さんには、ぜひ「一年の計」を立て、夢や目標に力強く進んでほしいと願っています。

保護者の皆様には、今後とも本校の学校運営にご理解とご協力をお願い申し上げます。なお、お子様の健康や学習面などで気になることや相談したいことがございましたら、遠慮なくご連絡ください。

### ◆◆◆ 3点固定を習慣に！ ◆◆◆

「3点固定」とは、1日のスケジュールのうち、起床時間、家庭学習開始時間、就寝時間の3つの時間を毎日固定するという生活習慣の考え方です。自分の意志で決められる時間を固定し、生活を規則正しくすることは、自分自身をコントロールする力の育成につながります。

特に中学生にとっては、学力向上や受験勉強は当然ながら、社会人になって仕事に取り組むようになった時にも欠かせない、大変重要な習慣、能力となります。3点固定を通じて自分をコントロールする力を身に付けることが、この先の自分自身にとって大きな武器となります。

## ★生徒指導より★

### ◇ 1 月の生活目標 ◇

新たな気持ちで、3学期（新年）をスタートさせよう



3学期は「新しい学年の<sup>ゼロ</sup>学期」とも言われます。  
そんな大事な3学期ですが、期間はとっても短いです。

3学期の登校日数は、なんと 約50日!

来年度に向けて、どのようなことを準備していけばいいでしょうか。

#### < 3学期は来年度への準備期間 >

3年生：義務教育修了！新しい世界へ踏み出すときがやってきます

2年生：いよいよ最高学年！今までの経験を活かし、学校を引っ張る立場になります

1年生：次からは先輩に！後輩に素敵な姿を見せてください

「次の学年なんてまだ先のことだ・・・」

「4月から変わればいいや・・・」

と考えるのではなく、今の自分の家庭学習の習慣や、生活習慣を見つめなおし、  
今のうちから行動していきましょう。スタートは早い方がいいです。

自分に打ち勝ち。実りある<sup>ゼロ</sup>学期にしよう！

## ★学習指導より★

### ◇ 1 月の学習目標 ◇

#### 学習のルールを確認しよう！

**話す** 頭括型の話し方 **聴く** 自分の意見と比較 **ルール** 忘れ物0（ゼロ）・ベル学・終始の挨拶

#### 1. 約3か月後の理想の自分像を目標に努力！

年が明け、今年度も残すところあと3か月となりました。約3か月後には皆さんが進級や進学で新しい舞台に立っています。

では、3か月後の自分の姿を具体的にイメージできているでしょうか？  
具体的なイメージを持つためには、理想の自分像を持ちましょう。そして、  
実現するための計画を立てましょう。

「計画を立てれば未来が現在になり、あなたは行動を起こすことができる」

「計画のない目標は、ただの願い事にすぎない」

気持ちを新たに、目標を定め、計画的に努力をしていきましょう！

計画を立てれば未来が現在になり、  
あなたは行動を起こすことができる。

「アラン・ラケイン (Alan Lakein)」  
タイムマネジメント (時間管理) の第一人者として知られる  
成功学作家・エンタータイナー

計画のない目標は、ただの願い事に  
すぎない。「サン＝テグジュペリ (1900年 - 1944年)」  
世界で愛されている『星の王子さま』(1943年)の著者として  
数多く知られている。



#### 2. 自らをさらに高める3学期にしよう！

進級・進学に向け、さらなる成長に挑戦しましょう。学習のルールを確認し、質を高めるのが1月の学習目標です。そのために、今月は冬の学習強化期間を実施します。話し方、聴き方、挙手回数をチェックポイントとしていますので、これまで以上に意識しましょう。3学期の良いスタートを切りましょう！

成果を出して良い1年のはじまりを!

冬の学習強化週間

期間 1月13日(火)～1月16日(金)

・話し方  
・聴き方  
・挙手回数



帰りHRに  
チェックシートで  
振り返りましょう