令和７年１月１４日

山ノ内町立 **山ノ内中学校 学校だより**

ユネスコスクール UNESCO Associated School

◇◇「あきらめは、最大の敵である」３学期始業式の校長講話より◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

１５日間の年末年始休みが終わり、今日から３学期です。インフルエンザなど体調を崩した人はいないでしょうか。しっかり予防をして健康第一で３学期を乗り切りましょう。今日はとても寒いので放送で校長講話をします。パワーポイントはありませんので、いつも以上に自分なりに解釈しながら聞いてください。

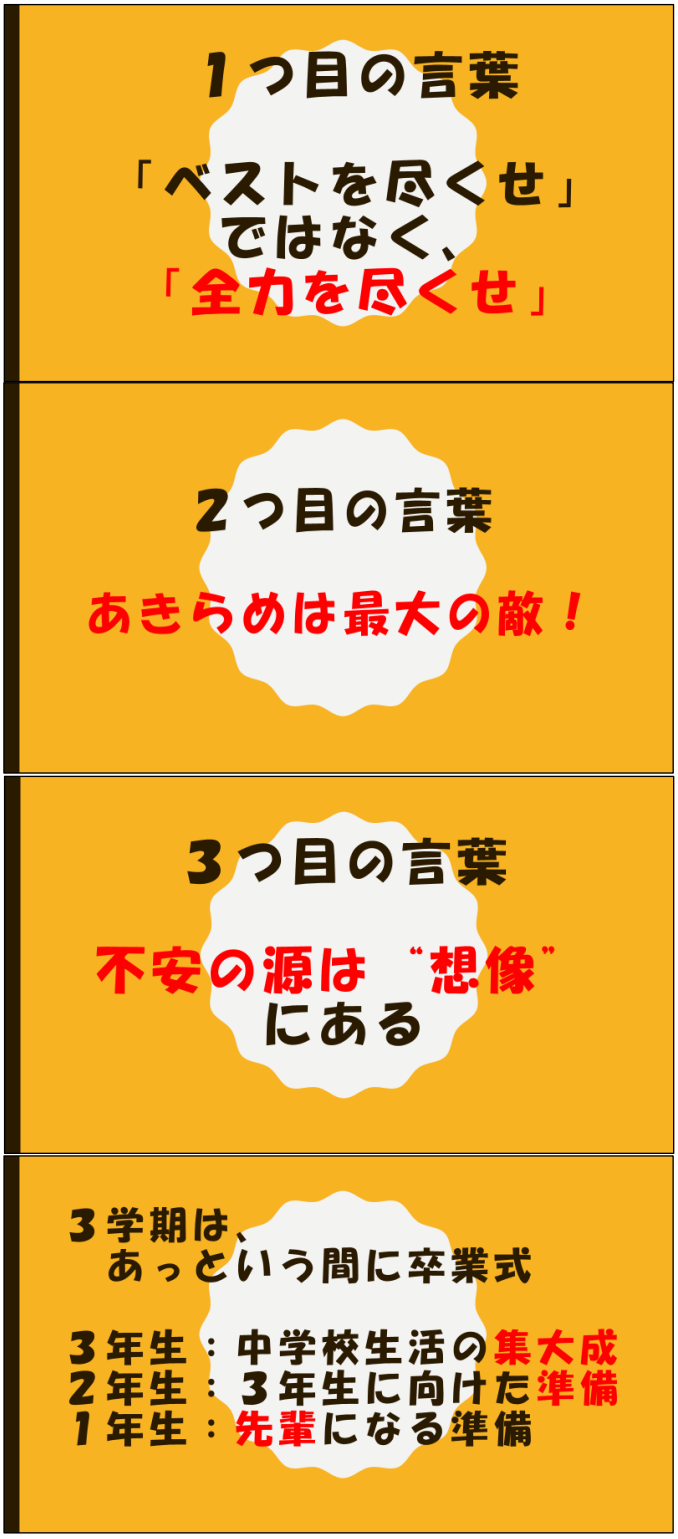
１．スラムダンク勝利学から

今日は、辻 秀一（つじ しゅういち）さんが書いた『スラムダンク勝利学』という本から私の心に残った言葉を皆さんに紹介したいと思います。

１つ目の言葉は、「ベストを尽くせ」ではなく、「全力を尽くせ」です。全力を尽くすということは自分の努力次第でできることに重きを置いた言葉です。全力を尽くした証としての“石”を１日１個置くように、一日一日を大切にすることが大事だと辻さんは言っています。

２つめの言葉は、あきらめは最大の敵である！です。あきらめた瞬間に全力を尽くせなくなる。その結果、目指す結果はますます逃げていく。また、結果を重要視した瞬間にも、あきらめの思考がやってくる。「もうだめだ」などと考えることは、変化よりも結果ばかりを追いかけている証拠である。つまり意識や思考は習慣なので、あきらめないという習慣を身につけることが肝心ということです。

３つめの言葉は、不安の源は“想像”にあるです。想像の思考は、「今に集中する」の「今」から離れ、想像の世界に入り込んで不安を募らせている状態であり、特に最悪の思考の一つが何かと比べる「比較思考」です。対応策としては、「するべき事に集中して不安を解消する」「今を大切に、比較しない、自信を持つ、意識を他に集中する能力を身につける」ことだそうです。

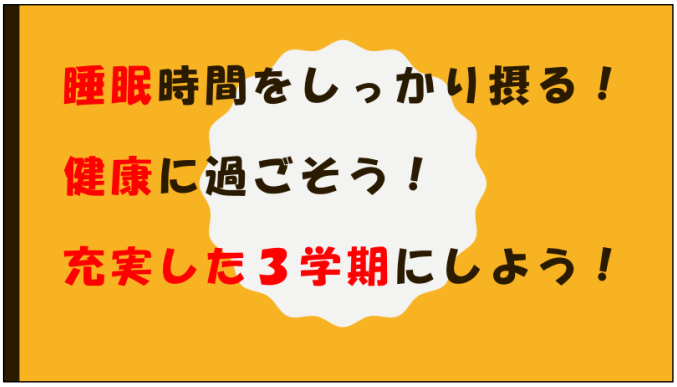


３つの言葉をもう一度繰り返します。１つ目は「ベストを尽くせ」ではなく、「全力を尽くせ」。２つ目はあきらめは最大の敵である！３つ目は、不安の源は“想像”にある　です。

この他にも、たくさん参考になることが書いてある本です。受検が近づいた３年生も勉強の合間に読むのもいいかもしれません。１，２年生は勉強や部活・クラブ活動でうまくいかない時にヒントをもらえるかもしれません。この本は、図書館にあります。校長室前の椅子の上にも置いておくので興味のある人は立ち読みしてください。

２．今日から３学期

さて今日からの３学期は、１年で一番短い学期で、あっという間に卒業式になってしまいます。３年生は中学校生活の集大成を、２年生は３年生に向けた準備を、１年生は先輩になる準備をそれぞれしてほしいと思います。睡眠時間をしっかり摂って、健康に過ごしましょう。健康でないと頑張れません。充実した３学期にしましょう。



参考文献：スラムダンク勝利学　辻　秀一著（集英社）

志賀町立富来中学校（石川県）生徒会からメッセージが届きました◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

昨年の能登半島地震に際し、生徒会が募金を呼びかけて災害義援金を贈るとともに、役員が３月にオンラインで交流した志賀町立富来（とぎ）中学校生徒会から、メッセージをいただきました。義援金を「笑顔や思い出につながるように活用したい」と生徒会がアンケートをとって考え、体育祭やクリスマスのイベントで活用されたそうです。被災した生徒が笑顔になった様子を伝えたいという内容のメッセージでした。

保護者の皆様へ（お願い・お知らせ）◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

【第４回授業参観、学年・学級ＰＴＡ開催のお知らせ】

１月１０日付で家庭通知を配布しましたように、１月２７日（月）は第４回授業参観、学年・学級ＰＴＡが予定されています。今年度最後の機会となりますので、ご都合をつけぜひ参観、ご参加ください。

【おおまかな日程：短縮日課・授業公開】※授業予定等は通知でご確認をお願いします。

〇１～４校時（８：４５～１２：１５）　〇５校時（１４：００～１４：４５）

〇学年学級ＰＴＡ（１５：００～１６：２０）　〇第３回常任委員会（１６：３０～）

◎学年ＰＴＡ会場　１学年・音楽室　２学年・視聴覚室　３学年・被服室

〇県内ではインフルエンザ警報が発表されています。受験、大会やコンテスト参加が３学期も慌ただしく続いていくわけですが、体調管理、予防には十分気を付けて過ごせますよう、引き続きご協力をお願いいたします。

◎「いじめ・人権・セクハラ・体罰」
相談窓口は校長室・保健室・心の教室です

校長室、保健室、心の教室を相談窓口として設置しています。何か困ったことがあったら相談できる場所です。一人で悩まずに相談してみましょう。保護者の方もご利用ください。

◎「非違行為防止研修」に取り組んでいきます

地域に信頼される安心・安全な学校づくりを目指して、年間を通して取り組んでまいります。安全運転の実施、生徒とのかかわり方について再確認しました。

山ノ内町立山ノ内中学校
文責：　（教頭）
TEL 0269-33-3604
Fax 0269-33-8438