

壇の岡

何となく

今年が良いことあるごとし
元旦の朝 晴れて風なし
|| 石川啄木 ||

今年のお正月はこの歌どおり静かなお正月でした。

新年明けまして
おめでとうございます。
本年もよろしくお願い申し上げます。

右記のタイトルで学校だよりを
発行したのが一年前のお正月で
す。月日の経つのは早いものです。
お正月は一年の始まりです。昨
年を振り返り、お子さんと今年
の計画を立ててみましょう。
まずお子さんには一年後の自分
の理想、目標を考えさせましょ
う。つまりゴールを決めるのです。次に
その理想、目標に近づくための長期
短期の具体的な計画を立てます。計
画が立てられない人には理想の現
は難しいでしょう。次の五つを大切
にできるだけで人生は変わります。

- ① 急いで暮らさない。
 - ② 言い訳を考えない。
 - ③ 悪い考えを抱かない。
 - ④ 心配事を増やさない。
 - ⑤ 愚かな行いに、なじまない。
- 幸運を招くのも、不幸な人生を歩むのも、自分次第なのです。

1月10日(金) 第76号
発行責任者 鮫川中学校長 角田敏文

教育目標

学ぶ心
よく学び自己を高める生徒

美しい心
心豊かで思いやりがある生徒

強い心
心身を鍛えたくましい生徒

三年生へ「平常心是道」

今年、本当に石川啄木の歌のよ
うに良いことがあるかどうかは、
これからの過ごし方で決まってい
ます。二月中旬までは、高校入試
関係の行事でびっしり埋まってい
ます。毎日一つずつ、やるべき事
を確実にその日に消化していかな
い十分に注意してください。この
ほかに、卒業生としての諸準備(卒
業文集編集や卒業式の練習など)
もありません。二足も三足もわらじ
を履いて大変ですが、本日に一日
一つずつ確実にやるべき事をやっ
ていってほしいです。早い人では、
入試本番が目の前に迫ってきてい
ます。自分が受験生だった時のこ
とを思い出します。受験当日が近
づくにつれて、徐々に高まる不安
と緊張感。「何とかして落ち着か
ない」と思えば思うほど逆に緊張
張ってしまう。そんな経験を保護
者の皆さんもされたことがあるの
ではないでしょうか。

緊張してきたと思ったら『落ち
着かなきゃ』と思うのではなく
『今、自分は緊張しているな』と
客観的に感じてみる事です。そ
うすると、心から余計な力が抜け
てだんだんと落ち着いてきます。
保護者の皆さんも自身の入試体
験等をぜひお子さんに話してみ
てはいかがでしょうか。

運命は生まれる前から決定して
いるわけではありませぬ。日々、
何を考え何を行うのかで決まるの
です。「自分は不運に見舞われて
ばかりいる。この先も良い事なん
てない」となどと思ふなら、まずそ
の誤った考えを捨てましょう。
投げやりになつて幸せになるた
めの努力を怠れば、心配事を更
に抱えるでしよう。そんな心に余
裕のない貧しい考えは自分の心か
ら慈悲心を奪い、自分の利益しか
考えられない更に貧しい心を生む
でしよう。貧しい心からは、貧し
いものしか生まれませぬ。人間と
もずっと期待できる生き物です。
まず、そう知るだけでも運命は大
きく好転します。その上で次の五
つの事をお子さんと一緒に試して
みませんか？

- ① 楽観的に物事を考える。
 - ② こつこつと努力を続ける。
 - ③ 誰に対しても自ら笑顔であいさつをする。
 - ④ 苦しいときこそ感謝を心がける。
 - ⑤ 健康にマイナスになることをしな
- このようなことを心に留めてお
けば運勢は必ず、よい方向へ向か
う事ができると思えます。(昨年
も同様な内容を掲載しました。)

週の行事予定

18	17	16	15	14	13
土	金	木	水		月
白河地区1年生バレーボール大会	英語検定 PTA本部役員会 (18時30分)	3年定期テスト 1・2年標準学力検査	3年定期テスト NO部活動デー		成人の日

こちらから各学年だより等がスマートフォンからもご覧できます。

