

明日へ

～挑戦～

新しい年を迎えました



年明けみなさんはどんな思いで新年を迎えたでしょうか。実際のところいつもと何も変わらずといった人がほとんどだと思いますが、今年はみなさんにとっては重要な年になります。それはやはり今まで経験したことのない大きな壁を乗り越えなくてはならない年だからです。自分の進路について真剣に考え、「選択」をし「決定」していく年ということです。

また、義務教育を終えるという節目の年となります。今年がみなさんにとって意味ある（価値のある）1年になることを期待しています。

口癖の持つ『力』

先日、ちょっと気になる記事を見ました。よく『私はポジティブ（肯定的・積極的・楽観的であり、物事を比較的良い方向に考える）な性格だからね』とか逆に『私はネガティブ（否定

的・消極的・悲観的であり、物事を比較的悪い方向に考える）な性格だから無理なんだよね』と、ネガティブな見方は持って生まれたものだから仕方がないというふうに考えがちですが、どうもそうではないらしいです。ポジティブ心理学の権威である教授は、物事に対してポジティブな見方をするのか、ネガティブな見方をするのかは、生まれつきのものではなく、自分自身に語りかける口癖【言葉】が起因していると言っています。

それを3つの要素で説明しています。

* 困難なことに対して、ネガティブな人はこう自分に語りかけるそうです。

- ①自分が悪いのだ。（個人度）
- ②人生のすべてに影響する。（普遍性）
- ③これからも長く続くか、永遠に続く（永続性）

* 一方、ポジティブな見方はネガティブな見方とは全く逆で、

- ①自分だけが悪いのではない。（個人度）
- ②人生のすべてに影響するものではない（普遍性）
- ③一時的なものだ。（永続性）



そして、ポジティブな見方には様々な利点があるようです。例えば、健康状態がよくなる。幸運に恵まれやすくなる。物事に辛抱強く取り組むことを可能にする。その結果満足できる結果に到達しやすくなるという研究結果が出ているようです。

困難な出来事は、

自分のせいだけではなく、人生のすべてに及ぶわけではなく、ずっと続くものではない。

どうですか？ みなさん

いやなことや、苦しいことを乗り切るには、この【口癖（言葉）の持つ『力』】を信じてみては！

☆これからの主な予定（1月の予定は、2学期末の学年通信に乗せさせていただきます）

【来年のことを考えて、3年生の予定も乗せておきます。】

- 1月12日（水） 3年生復習確認検査
- 1月14日（金） 英語検定
- 1月17日（月）・18日（火） 集金日【2学年時、最終となります】
- 1月19日（水） 3年生全日制前期募集一括出願・PTA役員会
- 2月 1日（火）・2日（水） 3年生全日制前期募集検査
- 2月16日（水） 3年生期末テスト①
- 2月17日（木） 3年生期末テスト②、3年生全日制後期募集・定時制募集一括出願
- 2月24日（木） 1・2年生期末テスト①
- 2月25日（金） 1・2年生期末テスト②
- 3月 3日（木） 1・2年復習確認検査 3年生全日制後期募集検査・定時制募集検査
- 3月10日（木） 卒業証書授与式
- 3月16日（水） 1・2年授業参観・学年部会
- 3月25日（金） 修了式（午前）・離任式（午後）



*なお、コロナ感染拡大による予定の変更もありますので、ご承知のほどお願い致します。

※3年生は、1月8日（日）に最初の試験が始まりました。ということは、まぎれもなく1年後にはみなさんが試験を受けることになるわけです。待たなしです。以前にも言いましたが、ただ気持ちだけ焦ってもだめです。毎日の積み重ねを大事にしていくことです。整理と対策（整理と研究）等冬休みしっかり取組まれましたか？ 毎日の積み重ねてこういう努力をすることです。急にその習慣がつくものではありません。だから今からやろうとする体力を、心をつくっておくのです。あきらめなければやり通せます。でも簡単にはいかないところが自分との戦いですね。

頑張れ2年！！

保護者の皆様へ

明けましておめでとうございます。昨年は、様々な行事等に御理解、御協力をいただきありがとうございました。おかげさまで、子どもたちも、コロナ禍ではありましたが、今できる限りの精いっぱい取り組みを行うことができました。年が新しくなりましたが、まだしばらくはこの状況は変わらないと思われます。引き続き御理解いただけるとありがたいです。

さて、今年は、保護者の方にとっても悩める年になると思いますが、様々な情報を共有しながら、生徒にとって最善の進路選択を行っていきたいと思っております。進路等で気になる点などありましたら、遠慮なくお聞きいただきたいと思います。即答できないこともあると思いますが、正確な情報を確認し、お伝えするようにしたいと思っております。今年もよろしくお願い致します。