

みつけよう



R6年1月16日

～新年!!今年もよろしくお祈いします～

2024年がスタートしました。みなさんはどんなお正月を過ごしましたか？
「一年の計は元旦にあり」といいます。気持ちを新たに、目標に向かって昇り竜のよ
うにぐんぐん成長できる一年にしましょう。

～それぞれの「今年の目標」とともに～



～目標はこきざみに～

目標を立てたら、あとは実行。とはいえ、何をがんばれば良いのかいまいちわからなかったり、ハードルが高すぎたりすると、結局続かなかったりします。

学活の時間に、「夢の達成のための36条」*を作りました。36個と数は多いですが、小さなことからコツコツと。一日どれかひとつずつでもぜひ実行してみましよう！

*達成のための要素を細かく分析していき、すべきこと（小さなことから）を具体的に挙げました。



～「あとでやろう」と考えて「いつまでも」しない人へ～

↑という題名の本を見つけ、心にグサッと刺さり思わず手に取りました。己を律すること、簡単ではないですね☺ タイプ別するべきことが遅くなる人と、その対処法が載っていたので紹介します。

タイプ1「完全主義」型

…これでは手抜きと思われる、など、他人の目を気にして時間がかかる人。

○ 完ぺき点ではなく、合格点を目指そう。

タイプ2「計画倒れ」型

…何をしようかな、と考えているうちに午後になる人。

○ 計画は実行するためにあると知ろう。「計画:実行=3:7」が適度。

タイプ3「先延ばし」型

…今日できることを明日やろうと思い、多くの場合やらない人。

○ 明日する場合のリスクを考えよう。明日は明日の分のすべきことがやってくる。

タイプ4「言い訳上手」型

…無意識のうちに、別の用事を探してしまう人。

○ 優先順位をつけよう。捨てることも大丈夫なことは後回し。

出典 『「あとでやろう」と考えて「いつまでも」しない人へ』 和田秀樹・著（ゴマブックス）

1月の主な予定

日	曜	予定	日	曜	予定
1	月		17	水	英検対策講座（3級）
2	火		18	木	昭和中OS
3	水		19	金	専門委員会
4	木		20	土	
5	金	□座振替日	21	日	
6	土		22	月	
7	日		23	火	英検対策講座（準2級）
8	月	成人の日	24	水	英検対策講座（3級）部活動なし
9	火	3学期始業式 課題テスト	25	木	私立1期入試(1日目) 学力診断テスト(1,2年)
10	水	部活動なし	26	金	〃(2日目)
11	木	①～⑤(1,2年) 校内面接練習(3年)	27	土	
12	金	P T A運営委員会、P T A評議員会	28	日	
13	土	英語検定（一次）	29	月	
14	日		30	火	
15	月		31	火	
16	火	英検対策講座（準2級）			