



# ふれあい



重点目標

自他を大切にし、進んで学ぶ児童の育成  
《挑戦・学び合い・笑顔》

## 人生が激変するアナログスキル

校長 小野直久



学校だより巻頭言の前に、能登半島地震や被災地支援に係る航空機事故で亡くなられた皆様には、謹んでお悔やみ申し上げますとともに、被災された皆様に、心からお見舞い申し上げます。

令和6年を迎えました。保護者並びに地域の皆様におかれましては、本年も本校の教育活動に際しご理解とご協力をくださいますようお願い申し上げます。学校では子供たちが元気・やる気・本気で学習等に取り組んでいる姿が満ちあふれているなど、落ち着いた雰囲気の中で3学期をスタートしています。さて、2月3日は、平安時代から続いている、邪気をはらい無病息災を願う年中行事である節分です。ぜひ、ご家庭でも豆＝魔目（鬼の目）を滅ぼすという意味の豆まきをしたり、鬼退治という意味で、鬼が忘れていった金棒に見立てた患方巻きや鬼が苦手としている鰯を食べたりしながら、ご家族で日本の年中行事について話題にしてみてもはいかがでしょうか。

### 秘訣「生活の中で目標を意識するタイミングをつくる」

過日、メジャーリーグで活躍している大谷翔平選手から、末広小学校の子供たちに3つのグローブとメッセージが寄贈され、始業式で子供たちに紹介しました。大谷選手のメッセージには「(中略)このグローブが、私達の次の世代に夢を与え、勇気づけるためのシンボルとなることを望んでいます。それは、野球こそが、私が充実した人生を送る機会を与えてくれたスポーツだからです。(中略)野球しようぜ。【一部抜粋】」と書かれていました。大谷選手の思いを踏まえ、子供たちに「自分の好きなことや得意なことをたくさん見付けてやってみてください。それを続けることで、自分にとって大切なことを見付き、人生が充実したものに変わります。」と話しました。目標を意識して行動することについては、大谷選手が高校1年生の時に実践していた目標達成シート(学校だより裏面に掲載)が有名です。

法政大学の心理学者である島本好平准教授は、以下の自分を変える方法(目標を意識する)を推奨しています。それは、「**夢・目標・達成に必要な行動等**」を**手書きで紙に書き、いつも見る場所に貼る**といった、シンプルかつ最強のアナログな方法です。島本教授は、いくら夢や目標があっても忙しい日々の中で忘れがちになるため、夢や目標を手書きで紙に書いて常に見える場所に貼ることにより、少しずつでも目標達成への行動を継続することができるようにすると述べています。

島本先生の方法により、①文字を手書きで書く行為を通して**目標を強く意識**できる、②その都度目標を目にすることで、目標達成への意識が**潜在意識にインプット**される、③夢・目標・目標達成に必要な行動を区別することで、具体的にやるべき**行動がイメージ**できる、④ある程度の距離でも見える程度の大きさの文字で書くことにより**記憶として定着**できる、などの効果があります。また、目標を貼る場所については、①**トイレに腰掛けた時によく見える壁やドアの内側**、②**居間や自分の部屋の壁**、③**布団に寝た時に見える壁や天井**などを推奨しています。(特に、お勧めの場所は①の場所だそうです)私も中高生の時に、テストに向けて覚えたい学習内容を書いてトイレや階段などの壁に貼り、覚えたら違う学習内容の紙に貼り替えたりしていたことがあります。



# いよいよラストスパート!!

冬休み中に新しい年を迎え、1月15日(月)に3学期の始業式を行いました。子供たちは新鮮な気持ちで始業式に臨んでいました。

校長が、メジャーリーグで活躍している大谷翔平選手から寄贈されたグローブとメッセージを全校児童に紹介しました。また、大谷選手の思いや願いを考えながら、「3学期に頑張りたいこと」や「取り組んでほしいこと」についての話があり、子供たちは真剣に聞いていました。その後、代表児童が冬休みの思い出や3学期に頑張りたいことについて、全校児童の前で立派に発表し、大きな拍手が送られました。発表を聞いていた児童も一人一人が新たな目標をもって3学期を過ごしてくれることと思います。

いよいよ進学・進級に向けた大切な学期です。どの子供たちも一生懸命それぞれの学年で有終の美を飾ることを期待しています。



## 大谷選手からグローブが寄贈されました!

報道等でも話題になっていましたが、冬休み中に大谷選手(ドジャース)からグローブとメッセージが届きました。始業式で全校児童に紹介した後、各学年に順番で回覧し、子供たちに直に触れてもらいました。今は児童玄関の棚に展示しています。



## SNS等のトラブルに係る非行防止教室(4~6年生)

16日(火)に中央警察署員が来校し、4~6年生の児童と保護者を対象にした非行防止教室を実施しました。実際にあった事例を通して、SNSの危険性や正しい使い方について学びました。これを機会に、ご家庭でもSNSの使い方やルールを再確認していただきたいと思います。



## 陶芸教室(6年生)

17日(水)に6年生が体育館で陶芸教室に参加し、皿や湯飲みづくりに取り組みました。風神窯の片山様を講師に迎え、作業の説明やアドバイスに耳を傾け、真剣に制作活動に取り組んでいました。完成品は卒業制作として卒業式当日に展示する予定です。



## スキー学習(全学年)

3学期から各学年でスキー学習が始まりました。3~6年生はすでにサンタプレゼントパークスキー場でグループごとに学習しています。1~2年生はグラウンドや築山で数回練習をしてから、来月スキー場で学習する予定です。



# \* 2月 \*

- 【生活目標】 寒さに負けない生活をしよう
- 【給食目標】 食べ物と健康について考えよう
- 【保健目標】 かぜを予防しよう

## 開校記念日(2月10日)

昭和47年(1972年)2月10日に末広小学校開校式が行われ、この日を開校記念日としました。今年は52回目の開校記念日を迎えます。

校名の由来は、地域・児童・保護者・教職員すべての環境が相互に連携し、協力する形が末広(扇)の形と共通するところから命名されたそうです。



校章

←外輪の5つの扇形は、知・徳・体・意・情の調和のとれた豊かな人間性の発展を表し、円部扇はそれぞれの融和・協力こそがその実現の基になるという意味です。中央の星は理想、希望は高く大きく、そして北国の空に輝く星。すなわち、強靱な精神を表し、その中央に基盤になる場としての末広小学校があるという願いが込められています。

- 1日(木) 児童会
- 2日(金) スキー学習(3, 4年)
- 5日(月) 全校朝会
- 8日(木) 新1年生保護者入学説明会
- 9日(金) スキー学習(1, 2年)
- 10日(土) 開校記念日
- 14日(水) 諸費納入期限日
- 18日(日) ノーメディアデー
- 21日(水) 参観日(1組, ふたば)
- 22日(木) 参観日(2組)
- 26日(月) 期末日課(4時間授業・給食なし)
- 28日(水) 児童会役員選挙



# 大谷翔平が花巻東高校 1 年時に立てた目標達成表

体のケア	サプリメントをのむ	FSQ 90kg	インステップ改善	体幹強化	軸をぶらさない	角度をつける	上からボールをたたく	リストの強化
柔軟性	体づくり	RSQ 130kg	リリースポイントの安定	コントロール	不安をなくす	力まない	キレ	下半身主導
スタミナ	可動域	食事 夜7杯 朝3杯	下肢の強化	体を開かない	メンタルコントロールをする	ボールを前でリリース	回転数アップ	可動域
はっきりとした目標、目的をもつ	一喜一憂しない	頭は冷静に 心は熱く	体づくり	コントロール	キレ	軸でまわる	下肢の強化	体重増加
ピンチに強い	メンタル	雰囲気 に流されない	メンタル	ドラ1 8球団	スピード 160km/h	体幹強化	スピード 160km/h	肩周りの強化
波をつくらない	勝利への執念	仲間を 思いやる心	人間性	運	変化球	可動域	ライナー キャッチ ボール	ピッチングを増やす
感性	愛される人間	計画性	あいさつ	ゴミ拾い	部屋そうじ	カウント ボールを 増やす	フォーク 完成	スライダ ーのキレ
思いやり	人間性	感謝	道具を 大切に使う	運	審判さん への態度	遅く落差 のある カーブ	変化球	左打者へ の決め球
礼儀	信頼 される人間	継続力	プラス思考	応援される 人間になる	本を読む	ストレートと 同じフォーム で投げる	ストライク からボールに 投げる コントロール	奥行きを イメージ

(注)FSQ、RSQは筋トレ用のマシン (出所)スポーツニッポン *Goalsheet of Shohei Ohtani*