



「できた、わかった、みんなでやりとげた。」
自他の成長が響き合う犀川中学校

校長

実り多き2024年を!!

「あけましておめでとうございます。」今年が初日の出を拝むのは無理かと思われていましたが、8時頃“紫だちたる雲の細くたなびきたる”の上に神々しい姿を現した初日の出。それから、はや8日が過ぎました。

ところで、昨年度の最後の学校通信で「大きな『自信』と深い『感謝』の心を胸に秘め、澆刺とした笑顔で2024年を迎えていることを祈る。」といったことを記しましたが、いかがでしょうか？さらに、新年の抱負や目標等を胸に描き、今日、学校の始まりの日を迎えることができましたか？

ということで、今日は、その抱負や目標について考えてみましょう。

メジャーリーグで大活躍の大谷翔平選手。特に昨年は、『侍ジャパン』優勝の立役者として世界中にその名を響かせました。

ところで、この大谷選手の活躍を支えているのは、大谷選手自身が高校時代に作成した「目標達成シート」だそうです。どのようなものか？結構話題にもなっているので、知っている人も多いかもしれません。(2, 3年生は知ってますよね。)

- ① 3×3の9マスを作り、中央のマスに自分が成し遂げたい一番大きな目標（大目標）を書く。
- ② ①で書いた「大目標」の周りのマスに、「大目標」を達成するために必要な項目を書く（A~H）。
- ③ ①、②で作った9マスの周りに、さらに8つの9マス配置し、それぞれの中央に②で書いた8項目を書く。
- ④ ②の各項目を達成するための心がけを周囲のマスに書く。

【目標達成シート】

	A			B				C
			A	B	C			
	D		D	大目標	E			E
			F	G	H			
	F			G				H

では、高校時代の大谷選手は、何を書いたのか？

- ①大目標：ドラフト1位で8球団から指名される。
- ②A~Hの項目 A「体づくり」 B「コントロール」 C「キレ」 D「メンタル」
E「スピード160キロ」 F「人間性」 G「運」 H「変化球」

まず注目したいのは、「運」という項目をあげていることです。スポーツの世界では、多かれ少なかれ「運」の善し悪しで結果が左右されることは多々あると思います。大谷選手はその「運」を味方にするために、④で、「あいさつ」、「審判さんへの態度」、「道具を大切に使う」、「ゴミ拾い」など具体的に実行できる心がけを挙げています。さらに、メジャーになった今でも高校時代に挙げたこれらの項目を実践していることは、周知の事実です。大谷選手にとっては、もはや無意識で当たり前の行動となっているのかもしれないですね。

次に注目したいのは、「人間性」という項目をあげていることです。大谷選手は、「大目標」を達成するためには、野球の技術や体力だけを伸ばせばよいとは考えなかったことがわかります。そして、「人間性」を実現する（高める）ための心がけとして、「感性」、「愛される人間」、「計画性」、「感謝」、「継続力」、「信頼される人間」、「礼儀」、「思いやり」をあげています。

大谷選手は、プレーヤーとしての活躍はもちろんのこと、その「人間性」が度々話題になります。そこから、メジャーリーガーとして大成した今尚、高校時代に打ち立てた「目標」の達成に向けて努力を重ねていることが見てとれますね。

さて、抱負や目標が明確に定まっている人にとっては、この話は大変参考になると思います。しかし、抱負や目標を見いだせない人はどうすればよいのか？

私からのアドバイス!! 単純です。「自他にとって『よかれ』と思うことは、とにかく行動に移せ!! 挑戦しろ!!」

考えることが先なのか？それとも行動が先なのか？最近の脳科学では、「人間の意識は行動した後に形成され、人間はそこから考え始める。」といった論が主流だそうです。もう少し詳しく説明すると、「行動を起こして新しい現実と直面したときに、その状況をいかに理解すべきか、そこにどのような意味があるのかなどを後から考え、整理してまとめる。考えることによって『自分』が形成されていく。」のだそうです。

ということは、抱負や目標は、自分が「よかれ」と思って行動する中で見つけていくことができるはずですよ。

ところが、「行動が大切」と頭ではわかっているのに、いざ始めようと一歩踏み出す直前には、「怖くて行動に踏み切れない。」といった不安に駆られてしまうものです。確かにその通りでしょう。行動した結果、何が起こるのかは誰にもわかりませんから。そのため、考えれば考えるほど不安が増して行動に踏み切れない、……。さらには、「しない」こと理由付けをあれこれとってしまう、……。私も何度も経験してきました。

だからこそ大切にしてほしい犀川中の合い言葉。それは、**停滞は後退!!**

皆さんの2024年が、実り多き1年であることを祈っています。

保護者の皆様 あけましておめでとうございます

教職員一同、「『できた、わかった、みんなでやりとげた。』自他の成長が響き合う犀川中学校」の具現化に向かって、邁進して参ります。本年もよろしくお願ひ申し上げます。