



どうやって自分を奮い立たせるか

校長 井上 敬夫

新年度を迎えた4月は、誰もが前向きに頑張ろうという気持ちを持ちながら毎日過ごしていることと推測します。

最初の一週間。全クラスの様子を見ると、新入生は緊張感を持ちながら先生の話の聴いている姿が微笑ましいですし、8年生は新しいクラスでの人間関係や距離感を測りながら授業に臨んでいる心の動きが良く分かります。9年生は最上級生と言うこともあるのでしょうか。進路選択を真剣に考える一年間になる覚悟が、授業態度にはっきりと表れていて頼もしく感じます。

最初から飛ばしすぎると息切れを起こす心配があります。前向きに頑張ろうとする気持ちをどうやって継続させていくのか。これが大事です。

人間が物事を前向きに取り組み続ける方法は、大きく2つあります。

1つは、「大きな目標」を設定して、そこから逆算して何をすべきかを考えるやり方です。MLBで活躍する大谷翔平選手は、大リーグで投打に活躍する選手になるという大目標のために、高校時代からやるべきことを列挙して取り組んだという逸話が残っています。そのやるべきことの中には野球に関連することだけでなく「ゴミを拾う」「挨拶をする」などの生活面の事柄まで細かく書いてあったそうです。大きな目標に向けての筋道が明確に見えていれば、それに向けて頑張れるという理屈です。

もう1つは、毎日続けられるものを見つけてやりきる経験を通して自信を持つという方法です。日米それぞれの野球界で年間200本以上の安打数を記録した大打者イチロー選手は、朝食のメニューからウエイトトレーニング、打席に入るときの動作など全てを決めていました。それを引退するまでひたすら続けたと言われています。このように決めたことをやり続けることを「ルーティン」と呼びます。

どちらの方法が正しいとか優れているということはありません。自分に合ったやり方で続けること。これがもっとも肝心なことなのです。

「4月はスタートが大事」とはよく言われるフレーズです。でも実際はスタートした後が勝負になります。

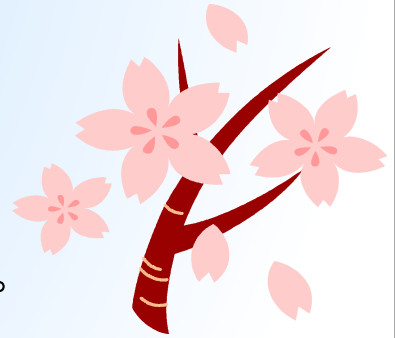
継続できる自分に合ったやり方を試行錯誤してみてください。



着任した教職員

- 副校長 : 三原 唯嘉 ……板橋区教育委員会より
- 主任教諭 : 久保 智里(音楽)……新宿区より
- 主任教諭 : 齊藤 智恵子(保健体育)……板橋区より
- 主任教諭 : 一浦 亮(保健体育)……葛飾区より
- 教諭 : 谷崎 雅(数学)……八王子市より
- 教諭 : 小野 正悟(英語)……新規採用
- 育休代替教諭 : 内田 聡美(美術)……新規採用
- 育休代替栄養士 : 安井 ゆかり ……新規採用

☆よろしく申し上げます。



転任・退任した教職員

- 副校長 : 古賀 正勝 ……新宿区へ(校長昇任)
- 主任教諭 : 熊野 良亮(国語)……板橋区教育委員会へ
- 主任教諭 : 神田 千景(英語)……板橋区内異動
- 主任教諭 : 黒田 裕也(保健体育)……板橋区内異動
- 主任教諭 : 金澤 美彰(音楽)……退職
- 主任教諭 : 宮田 尚美(保健体育)……任期満了
- 教諭 : 浅井 一人(特別支援)……退職
- 教諭 : 松澤 泰誠(数学)……退職
- 育休代替栄養士 : 井上 奈奈……任期満了
- 学校生活介助員 : 黒田 操……退職

☆お世話になりました。ありがとうございました。

入学式

4/7(木)第76回入学式を挙行了しました。今年度は162名の新入生が本校に入学しました。



呼名で返事をする新入生…

コロナウイルス感染症の猛威が依然続いている困難な状況の中、緊張しながらも式に臨む姿が初々しくて印象的でした。

良いスタートを切れましたね。



クラス集合写真…