



三日坊主で悩むことはない！！

あけましておめでとうございます。新しい年を迎えて早1か月が経とうとしています。『新年の計は元旦にあり』と言われていますが、新たに目標として掲げたことは、今でも継続できているでしょうか？

「三日坊主」という言葉があります。あまりよくない意味で使われがちですが、脳はもともと飽きやすいものという考え方もあります。脳の機能で「馴化(じゅんか)」と言われます。新鮮味がなくなり、マンネリ化すること。逆に継続・習慣化することも馴化です。

新たな挑戦は、多くのエネルギーを必要とします。そのため、習慣になる前に飽きてしまう、諦めてしまうことは、実は当たり前のことです。ただ、よい方へ馴化してまで続けることができれば、いつか新たな挑戦はあなたの習慣となり、力となります。

継続できない自分を責めるより、小さなことでも続けられている自分を『褒める』。自己肯定感を高める方法を今年の一つでも多く自分の中で馴化させてみてはどうでしょう？今年も、みなさんにとってよい1年になることを心から願っています。



～職業人から学ぶ会～

進路学習の一環として、7名の講師の方をお招きし、1月30日に『職業人から学ぶ会』が実施される予定です。冬休みの時間を利用して、身近な人から働くことについて学び、レポートにまとめました。事前に調べたことで、働くことに対して考えが深まったと思います。また、学校でも多くの時間を使って働くことの意義についても学びを深めました。滅多にない機会ですぜひ実りの多い時間となるようにしましょう。

今回のレポートを通して親の仕事をより深く知るきっかけとなった。話ができてよかった。

勉強はあまり好きではないけど、何のために勉強をする必要があるのかを知ることができてよかった。

好きなだけでは続かない仕事もあるということを知ることができた。漠然と思っていた『働く』ことから、少し具体的なイメージをもつことができた。

私が仕事を選ぶときは、その仕事に『誇り』をもっていたい。また、誰かを『幸せ』にしたい。



☆ラーケーションについてお知らせ☆

3月末までのラーケーションの届け出は、2月21日(金)までに提出してください。それ以降の提出は、手続きの関係で、給食の欠食を受け付けることができません。よろしくお願いいたします。



～2月の予定～



日	曜日	主なできごと	部活動	下校完了
1	土		○	
2	日		○	
3	月		×	15:55
4	火	・1年学年保護者会	×	15:40
5	水		○	16:45
6	木	学年末テスト発表	×	15:30
7	金		×	16:10 質問教室 16:40
8	土		×	
9	日		×	
10	月		×	15:00
11	火	「建国記念の日」	×	
12	水	・集金日	×	16:10 質問教室 16:40
13	木	・学年末テスト(3+2科)	×	15:00
14	金	・学年末テスト(2+2科)	×	14:55
15	土		×	
16	日	「家庭の日」	×	
17	月	・集会 委員会	×	14:55
18	火		○	16:45
19	水		○	16:45
20	木		×	15:30
21	金		○	16:45
22	土		○	
23	日	「天皇誕生日」	○	
24	月	「振替休日」	○	
25	火		×	15:15
26	水		○	16:45
27	木		×	15:30
28	金	・青桃会リハーサル	×	16:10 係生徒 16:45

※平日部活動○の日の下校について：部活動に参加していない生徒は、15:55に下校します。

※ラーションは、1週間前までに学校へ『届け出用紙』の提出をお願いします。

<金額>11,000円 (内訳 給食費 5,525円 学年費 1,475円 積立金 4,000円)