

令和六年度

三宅村立三宅中学校



学校だより

第180号

令和6年6月11日

校長 中坪 崇敏

東京都三宅島三宅村伊豆 470

TEL 04994-2-0049

FAX 04994-2-1376

<https://miyake-chu.edumap.jp/>

6月の期末考査におけて ～二つのハードル～ (6月学校朝礼より)

校長 中坪 崇敏

5月25日に小中合同運動会を行いました。皆さんは、小学生の見本となる素晴らしい取組だったと思います。そして小学生にとって憧れの先輩でした。また、村内で会う保護者の方々にも「中学生のダンス良かったですね。」と何度も言われました。小学生は今でもダンスの曲を鼻歌で歌っていると聞きます。それくらい皆さんは輝いて見えて、取り組む姿勢は心に残る素晴らしいものだったと思います。一生懸命に頑張っている姿は美しいですし、周りの人は全力で応援したいと思うものです。感動をありがとうございました。



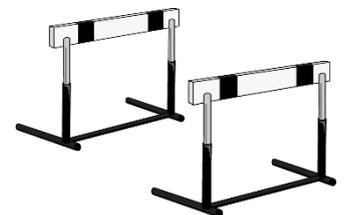
さて、今月6月19日からは1学期期末考査が始まります。既に計画を立てて勉強していることと思いますが、なかなか集中できない人もいないでしょうか。なぜ勉強するのかについては、今まで様々な人から話を聞いていると思いますので、今回、私からは誘惑に負けずに勉強するためのヒントを話します。何十年前前に読んだことがある本の話ですが、印象に残っている内容があります。それは「誘惑に打ち勝つためにはハードルを上げる」という内容が書かれた本です。もう一度読み直したいと思い、インターネットで検索してみましたが、読んだ本が見付かりませんでした。その本に書かれていた内容について少しお話しします。

「誘惑に打ち勝つためにハードルを上げる」とはどういうことかと言うと、例えば、アイスが食べたい(皆さんは好きな食べ物をイメージしてください)と思って冷凍庫を開けるとアイスが入っていたらもちろん食べてしまいますが、冷凍庫に入っていなかったら、皆さんはどうしますか。買いに行きますか。諦めますか。心の中で選択してください。では、「買いに行きます」を選択した人への質問です。アイスを買いにお店へ行きましたが、近くのお店屋さんは定休日です。アイスを買うことができませんでした。ここでまた質問です。更に買いに行きますか。諦めますか。心の中で選択してください。多くの人がここで諦めると思いますが、どうしても食べたい人は、次の方法を考えます。これがハードルの高さです。ハードルが高ければ高いほど我慢できます。

では、実際にハードルを自分で設定してみましょう。例えば、勉強するためにTVを見ることを我慢しなければいけないときは、リモコンを手に届くところに置かないで別の部屋に置く。テレビのコンセントを抜くなど見るためには「ちょっと面倒くさいな」と思うような状態などにします。これが、ハードルを上げるということです。ハードルの高さ(達成するための困難さ)を設定するのは自分ですから、様々な方法があると思いますので試してみてください。

ここで話は変わりますが、ハードルには、「我慢のハードル」と「目標のハードル」の二つのハードルがあると私は思います。次に目標のハードルです。目標のハードルについては、京都セラミック(現在の京セラ)、ディーディーアイ(現在のKDDI)を設立し、日本航空を再建させた稲盛和夫氏がこのような言葉を残しています。

「今日の成果は、過去の努力の結果であり、未来はこれからの努力で決まる。」
皆さんには、目標のハードルを乗り越えてきた今日があります。未来の目標のハードルを乗り越えるのはこれからの努力で決まります。特に3年生にとって受験というゴールはかなり遠く見えないトンネルのようだと思います。しかし、先に何があるのか一步一步確実に歩いていくことで必ずトンネルの出口が見えてきます。まずは、6月の期末考査を「我慢のハードル」と「目標のハードル」の二つのハードルを自分自身で決めながら一日一日頑張ってください。



野鳥観察会（第1学年）5月8日(火)

今年度もアカッコ館の内藤様にご協力いただき、中学校のグラウンドと伊豆岬周辺で野鳥観察会を行いました。この日は風が強く、野鳥観察日和とは言えませんが、イソヒヨドリやシジュウカラ、オオミズナキドリ、コマドリ、ホオジロ、カワラヒワなど、13種類以上の野鳥を見ることができました。



5月2日(木)の事前学習では、三宅島の野鳥についてお話いただきました。また、持ってきていただいた鳥の模型で、鳥の大きさや重さを体感しました。



事後学習の際に作成したレポートを廊下に掲示しておりますので、ご来校の際にご覧ください。

小中合同運動会 5月25日(土)

「百花繚乱 ～咲かせよう 笑顔の花～」のスローガンの下、小中合同運動会を実施しました。開会直後は冷たい風が吹き、小雨が降っていたため、全競技の実施は難しいのではないかと思われましたが、生徒たちの熱い思いによって天候が回復し、閉会式まで無事に実施することができました。保護者・地域の皆様には多くの声援をいただきました。ありがとうございました。



6月の生活目標

健康な心身を作ろう

6月の保健目標

歯を大切にしよう

6月・7月のスクールカウンセラー来校予定日

6月24日(月)・25日(火)

7月2日(火)・3日(水)・8日(月)・9日(火)

夏季休業日までの行事予定

日	曜	学校行事	下校バス
11	火		18:00
12	水	5時間授業、中央委員会	14:30
13	木	⑥専門委員会、定期考査前学習会(始)	17:00
14	金	⑥第1回 進路説明会、漢字検定	17:00
15	土	道徳授業地区公開講座	11:50
16	日		
17	月	振替休業日	
18	火	生徒朝礼、安全指導、定期考査前学習会(終)	17:00
19	水	期末考査(社会・英語・保健体育)	14:30
20	木	期末考査(理科・数学・音楽)	14:45
21	金	期末考査(国語・技術家庭・美術)、⑥救命救急講習会	18:00
22	土	(三宅高等学校 家政科体験)	
23	日		
24	月	シーカヤック体験(3年・1年)、水泳指導(始)	18:00
25	火		18:00
26	水	5時間授業、職員会議	14:30
27	木		18:00
28	金		18:00
29	土	バレーボール部 八丈島遠征	
30	日	バレーボール部 八丈島遠征	
1	月	三者面談週間(始)	18:00
2	火	シーカヤック体験(2年・3年)	18:00
3	水		15:30
4	木	シーカヤック体験(1年・3年)	18:00
5	金	⑥セーフティ教室	18:00
6	土		
7	日		
8	月	全校朝礼	18:00
9	火	シーカヤック体験(予備日)	18:00
10	水	中央委員会	15:30
11	木	専門委員会、避難訓練	18:00
12	金	三者面談週間(終)	18:00
13	土	バレーボール部 島嶼大会、野球部 八丈島遠征	
14	日	バレーボール部 都大会、野球部 八丈島遠征	
15	月	海の日	
16	火	生徒朝礼	18:00
17	水	5時間授業、職員会議	14:30
18	木	⑥大掃除	18:00
19	金	終業式、安全指導	11:50
20	土		
21	日	野球部 都大会	
22	月	夏季休業日(始)	