石狩市立石狩中学校　学校便り第10号　　令和５年12月22日発行

# 灯台

石狩中学校　教育目標
「人間として美しいものを美しいと
感ずることのできるような人を育てるために」
○心身ともに健康で　よく考える生徒
○互いに認め合い　協力し合う生徒
○自ら進んで実行し　最後までやり抜く生徒

【Ｒ５　教育の重点】　◎育成を目指す資質・能力を確実に身に付けさせる教育活動の推進
◎各種調査等の結果に基づいた「カリキュラム・マネジメント」の推進

## 『目標達成のために！』

校長　坂見　明信

大谷選手のドジャース移籍が話題になっています。

皆さん、御存じかもしれませんが、大谷選手は高校第１学年の時に、目標達成に向けて図のようにシートに記入しました。強い目標（夢「８球団からのドラフト１位指名」）を中心に置き、周囲９×９の合計81マスに細分化した目標を書き込んだものです。

オープンウィンドウ 64 の記入例
（大谷翔平選手が高校１年生のときに書いたもの）

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 体のケア | サプリメントをのむ | FSQ90kg | 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 | 上からボールを叩く | リストの強化 |
| 柔軟性 | 体づくり | RSQ130kg | 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 | 道具を大切に扱う | 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 |

■＝目標
■＝目標の達成に必要な要素（基礎思考）
□＝基礎思考を具体化する行動（実践思考）

さて、石中生の皆さんにも「夢」があると思います。「夢」の実現は簡単ではありません。大谷選手は、大きな目標を達成するために、必要なことを細かく整理して、一つ一つ取り組んだのだと思います。

皆さんの「夢」は、何ですか？

そして、その「夢」に向かって、どのような努力をしていますすか？

石狩中の先生方は、皆さんの夢の実現に向けて、いつでも協力します。困ったことがあったら、いつでも相談してくださいね！

出典：『最高の教師がマンガで教える目標達成のルール』

## 【望ましい生活習慣・インターネット上のトラブル未然防止について】

冬季休業中は、楽しい年中行事もありますが、その反面、年末年始を迎え、生徒の生活のリズムが変化しやすい時期でもあります。本校では、端末を活用し学習時間や起床や就寝時刻を入力し、生徒が自主的に自らの生活習慣等を見つめる活動を行っています。

また、長期休業中は、テレビやゲーム、スマートフォン等の使用時間が長くなったり、インターネットやＳＮＳ上でのトラブルが発生したりする時期でもあります。是非、御家庭でも、お子さんと話合いの時間をつくり、ルールを作成する等の御協力をお願いします。生徒が、より有意義な時間を過ごせるよう、学校と家庭とが協力して支えていきたいと考えています。どうぞよろしくお願いします。

## 【第４回ＰＴＡ役員会】

12月12日（火）、本校コンピュータ室にて、第４回PTA役員会を開催し、次年度の活動に向けた話合いが行われました。これまでの活動報告、並びに次年度以降のPTA活動や規約の改正等についての協議しました。また、生活のきまり（校則）の見直しや制服、暑さ対策等について学校で実施していることについて御意見をいただきました。

現在、学校では次年度に向けて、教育課程編成の時期を迎えています。保護者や生徒アンケート等を踏まえ、子どもたちに必要な資質・能力を身に付けさせるために様々な視点から工夫をします。今後も、PTA活動、教育活動への御理解と御協力をよろしくお願いします。

## 【保護者アンケート御協力（お礼）】

アンケートへの御協力ありがとうございました。お寄せいただいた貴重な御意見を教職員全員で検証し、今後の教育活動に生かして参ります。御協力ありがとうございました。結果につきましては、「１月の学校便り」にてお知らせいたします。

なお、保護者の皆様には、PTA役員会の記事に記載した内容等について、アンケートをお願いする機会があると思います。その際には、お手数をお掛けしますが、御協力よろしくお願いします。

## 【三者懇談並びに自由参観週間】

11月末から12月１週目に掛け、「三者懇談」「自由参観週間」が続きました。御来校いただいた保護者、地域の皆様、誠にありがとうございました。

三者懇談は、第３学年にとっては、受験校を決める大切な懇談となりました。事前に御家庭で話合いを行っていただいたため、スムーズに懇談が進みました。それぞれの目標に向けて、学習面を中心に有意義に時間を使ってほしいと思います。

第１、２学年は、学習面、生活面での課題と成果について担任から話がありました。卒業までの時間は、決して長くありません。節目ごとに家庭でも話合いを行い、見直しながらより良い生活を過ごしてほしいと期待しています。

学校では、長期休業明けには、全生徒対象に「心と身体チェック」を行います。また、三者懇談、教育相談等の定められている期間以外でも、いつでも相談活動を行っています。相談がありましたら、遠慮なく生徒本人、保護者からの連絡をお待ちしております。

※長期休業中等も相談できる主な期間を下記に記載します。必要に応じて御活用ください。

### 【主な相談機関のお知らせ（道教委から）】

○ 子ども相談支援センター　　毎日24時間対応

http://www.dokyoi.pref.hokkaido.lg.jp/hk/ssa/ijimedenwasoudan.htm

・電話相談 0120－3882－56　　・メール相談 sodan-center@hokkaido-c.ed.jp

・いじめ、不登校、友人関係、親子関係、性的マイノリティ、性暴力の被害、家庭の事情で自分の時間がとれない、ヤングケアラーに関することなど、様々な悩みを相談できます。

○ ほっかいどうこどもライン相談

令和６年３月25日まで月曜のみ17:00～22:00（※１/８～１/31毎日17:00～22:00）

http://www.dokyoi.pref.hokkaido.lg.jp/hk/ssa/snssoudan.htm

・いじめ、不登校、性暴力の被害など、様々な悩みを相談できます。

・対象：中学生、高校生

○少年サポートセンター「少年相談110番」（北海道警察）

・平日8:45～17:30　・電話0120-677-110

・いじめ・犯罪等の被害に悩む子どもやその家族が警察に相談できます。

**《１月のスクールカウンセラー勤務日は、1月26日（金）》**

**12月29日（金）～１月５日（金）は「学校閉庁日」となります。**

**2023年も大変お世話になりました。ありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願いします。**