

いづみがおか

京都府綴喜郡井手町井手橋ノ本20番地 TEL 0774-82-2070
ホームページアドレス <http://www1.kyoto-be.ne.jp/izumigaoka-jhs/cms/>

学校だより1月号

令和7年(2025年)

1月7日(火) 本校ホームページ

井手町立
泉ヶ丘中学校



目標の立て方 (令和6年度3学期始業式式辞より)

新しい年を迎えるにあたって今日は「目標の立て方」についてお話します。

そのヒントは「結果」はコントロールできないが、「行動」はコントロールできるということです。例えば「テストで●点取る」「試合に勝つ」「シュートを決める」「ヒットを打つ」…これらはすべて「**結果目標**」です。

一方で「テストで●点取るために～勉強する」「試合に勝つために～練習する」…これが「**行動目標**」です。目標を立てるときは「結果目標」ではなく、「行動目標」にフォーカスすることが有効です。

「行動目標」とは、結果を出すために必要な具体的行動にポイントを置いた目標です。何事もうまくいっているときは、「結果目標」を意識することで、よりよい成績をあげられる可能性が高まります。しかし、失敗が重なったとき、もしくは外的要因で目標が達成できないことが続くと、ストレスや不安を感じやすくなり、行動が止まる原因になります。

一方、「行動目標」は、成果、結果と関係なく、自分で決めたことをやればいいだけなので、失敗することが格段に減ります。ストレスや不安を感じにくくなるので、思うような結果が出ないときは、結果目標を確実に実行できる行動目標に置き換えていくと、モチベーションを落とさず、結果を出すための行動に着手することができるようになります。

思うように成果が出ないときは、結果にこだわるのをやめ、行動にフォーカスしてみましょう。なお、「行動目標」にフォーカスして、結果が出るようになったら、再び「結果目標」にもフォーカスしてください。「行動目標」ばかりを意識し続けると、今度は勉強や色々な活動がマンネリ化してしまうからです。「行動目標」と「結果目標」の両方を設定して使い分け、モチベーションの低下を防ぎましょう。

ということで「結果」ではなく、自分でコントロール可能な「今できる行動」にフォーカスすることが大切です、という話でした。

それでは、いよいよ新年とともに第3学期を迎えました。毎年言っていますが、3学期はまとめの学期であるとともに、次年度への準備としての、「ゼロ学期」でもあります。来年度を見通しながら一日一日を大切に、その時々で成長してくれることを期待して、3学期当初の式辞とします。

井手町立泉ヶ丘中学校長 石 浦 喜 人

学校評価アンケート

昨年11月、保護者の皆様に回答いただいた「学校評価アンケート」の結果を報告いたします(配布プリントの裏面をご覧ください)。

保護者の皆様や、地域の方々のご意見をお聞かせいただきながら、よりよい学校教育活動を推進していきたいと考えております。今後もよろしくお願いします。

校内意見発表会

さらには、その思いを行動へと繋いでいくことができる人へと成長することに思いが込められています。

人権週間に全校生徒が一人ずつ「人権作文」を書きました。各学級で発表し、各代表6名の生徒が全校集会で発表しました。泉ヶ丘中学校が大切にしているこの取組は、「人権尊重」を自分事として考え、それを言葉に置き換え、



グラウンドゴルフ体験 & 白菜収穫体験

12月5日(木)、1年生がさくら公園とまちづくりセンター椿坂にて、地域の方々とグラウンドゴルフや、秋に自分たちで植えた白菜の収穫を通じて交流をしました。クラスや学年、そして学校という枠を越えた体験学習は、主体的な対話が求められ、豊かな心をはぐくむ大切な時間となります。



校内マラソン大会

12月6日(金)に予定していた校内マラソン大会でしたが、第2学年の学年閉鎖や各感染症まん延防止のために中止としました。体育[持久走]で頑張ってきた成果を発揮する機会がなくなり、残念に思う生徒が多かったです。

< いじめ相談窓口 >

いじめについて・子育てについて・学校生活についてなど、気になることや不安に思うことがあればご相談ください。

「いってきます! やさしいところは もったかな」

(いじめ防止標語コンテストより)

TEL 82-2070 泉ヶ丘中学校担当 教頭まで
TEL 82-4333 教育委員会担当 参事(北川)まで

1月の主な行事予定

※SC: スクールカウンセラー、SSW: まなび・生活アドバイザー来校日

日	曜	行 事	給食
1	水	学校閉鎖日 元日	
2	木		
3	金		
4	土		
5	日		
6	月		
7	火	3学期始業式	=
8	水		○
9	木		SSW ○
10	金	3年校内実力テスト	○
11	土		
12	日		
13	月	成人の日	
14	火		SC/SSW ○
15	水		○
16	木		SSW ○

日	曜	行 事	給食
17	金	第3回英検	○
18	土		
19	日	井手町マラソン大会	
20	月	あいさつ運動(~1/22)	○
21	火	3年学年末テスト① SC/SSW	○
22	水	3年学年末テスト②	○
23	木	3年学年末テスト③	○
24	金		SSW ○
25	土	綴喜青少年主張大会(会場:本校)	
26	日		
27	月	教育相談週間(~2/3)	○
28	火		SC/SSW ○
29	水	校内研究授業(2年 6h 授業)	○
30	木		SSW ○
31	金		○

2月主な行事予定(仮)

- ・6日(木)・・・第3回児童会生徒会合同会議
- ・7日(金)・・・漢字検定
- ・10日(月)・・・私学入試
- ・14日(金)・・・数学検定
- ・17,18日(月,火)・・・公立前期選抜
- ・18日(火)・・・泉「卒業生を祝う会」
- ・19日(水)～・・・テスト週間[部活動停止]
- ・25日(火)・・・公立前期発表
- ・26,27,28日(水,木,金)・・・1,2年学年末テスト