

令和6年度

令和6年10月15日(火)発行



長岡第四中学校 学校だより NO. 7

TEL (075)951-2112 FAX (075)951-8430
ホームページ <http://www.kyoto-be.ne.jp/nagaoka4-jhs/cms/>
E-mail nagaoka4-jhs@kyoto-be.ne.jp

「1万時間の法則」

校長 高橋 泰三

保護者の皆さま、地域の皆さま、日ごろは本校の教育活動についてご理解、ご協力を賜り誠にありがとうございます。天候が不安定な状況の中、体育大会が予定通りに実施できるか大変心配しておりましたが、無事に行うことができました。たくさんのご来賓の皆さま、保護者・地域の皆さまも来校してくださり本当にありがとうございました。子どもたちは時間をかけてリーダー会議で話し合ったり、学年や色で練習を重ねたりしていましたので、プログラムを縮小せず計画通りに実施することを考えておりましたので、本当に良かったです。ご覧いただいた通り、子どもたちはエネルギーであり、協力して物ごとに取り組める子どもたちです。体育大会で経験したことを自分の成長の糧に取り込んで、今後の生活がさらに充実したものになるように祈っております。次は文化祭(10月31日、11月1日の予定)がでございます。引き続き子どもたちの活躍の様子を見守ってくださいますことお願いいたします。



生徒の皆さんへ、「1万時間の法則」って聞いたことがありますか。これはアメリカのジャーナリストであるマルコム・グラッドウェルさんが提唱した法則で、「あることを成功させるためには、約1万時間の努力が必要になる」というものです。確かに私たちは、「やりたいこと」「なりたいもの」を実現させるために多くの時間と努力が必要になるだろうと常々想像していますが、「1万時間」と言われると具体的に何ができるかな、と考えてしまいます。ちょっと計算してみましょう。1日3時間程度の「努力の時間」を確保すると、それを休まず毎日継続するとしたら、 $10,000 \text{時間} \div 3 \text{時間} = \text{約} 3,333 \text{日}$ 、つまり約9年間です。(もしそれが1日2時間だとしたら約13年間、1日1時間だとしたら約28年間と計算上は求められますね。)日本にも次のようなことわざがあります。「石の上にも三年」「雨だれ石を穿つ(うがつ)」「愚行山を移す」などです。身近なところでは「継続は力なり」でしょうか。

「1万時間」とか「三年」という数字は、おそらく「長い時間」という比喩なのでしょう。大切なことは「やりたいこと」「なりたいもの」がある、ということです。今1年生の道德の授業では担当の先生の発案により、生命保険会社の方を外部講師に招き授業をしていただいています。その中で「メジャーリーガー大谷選手の人生設計ノート(夢ノート)」が紹介されていました。とても有名な話なので知っている人も多いでしょう。大谷翔平選手はこれを高校3年生の時に作成したそうですが、岩手県にある花巻東高校1年生の時に当時の監督の指導の一環で作成し始めていたようです。現在の大谷選手の活躍ぶりをみととき、その内容の具体性とそれを超えるような次元で実現させている様子にあらためて驚きと感動を覚えます。「1万時間の努力」だけではきっとないと想像しますが、具体的な目標に向かって行動することの大切さを私たちに教えてくれます。これは「個」の話なのですが、学校生活に置き換えた時はどうでしょうか。

先日の体育大会が成功と感じ、皆さんそれぞれが「達成感」や「充実感」を得たことは、学級や色で考えた「目標」に対するものであったことでしょう。個人の頑張りの集合がそれを生み出したとするなら、「1万時間」は何も「1」で割らなくてもいいことになります。本校生徒は400名です。 $10,000 \text{時間} \div 400 \text{人} = 25 \text{時間/人}$ となり、例えば文化祭の取組期間の10日間でさらに割ると、一人あたり一日の努力の時間は2.5時間です(時間はあくまでも比喩ですよ)。これなら頑張れそうな気がします。これから学級内で役割を分担することでしょう。「頑張り、努力」の内容は異なると思いますが、それを30数人分合わせた時、きっと体育大会で感じた以上の「成功感」や「達成感」「充実感」を味わえると思います。お互いの「頑張り」を支え合うことができる学級や学校を創っていきましょう。「支え合う」のは何も「手伝う」ことだけではなく、「ありがとう」とか「助かったよ」など「声を掛ける」こと、

相手の気持ちを「気遣う」こと、笑顔で微笑みを交わすことだけでも相手を精神的に支えることとなります。こんな「繋がり」ができるのが文化祭の取組の良い所です。このような経験を積み重ねられる「個」の集まりである長四中の生徒の皆さんが、次は自分の目標に向かって努力していくことができる、そんな長四中にこれからもしていきましょう。



体育大会のようすを紹介します



体育大会 総合優勝 緑組 (3年3組 2年2組 1年2組)

大縄優勝 1年の部 1年3組

2年の部 2年1組

3年の部 3年3組



9月・10月にあった大会成績・表彰を紹介します

令和6年度乙訓新人大会

◎団体の部

女子ソフトテニス 団体の部	優勝
サッカー部	準優勝
水泳部 女子団体の部	準優勝
バドミントン部 女子団体の部	第3位
女子バレーボール部	第3位



◎個人の部

女子ソフトテニス 個人の部	優勝
水泳競技 男女混合 4×50mフリースタイルリレー	優勝
女子 4×50mメドレーリレー	準優勝
女子 4×100mフリースタイルリレー	準優勝
女子 50mバタフライ	優勝
女子 100mバタフライ	準優勝
女子 50m背泳ぎ	優勝
女子 100m背泳ぎ	優勝
女子 50m自由形	優勝
女子 100m自由形	優勝
女子 200m自由形	第3位
男子 200m個人メドレー	第3位
男子 100m平泳ぎ	第3位
バドミントン 男子シングルスC級	第3位
女子シングルスB級	第3位
女子ダブルスB級	第3位
女子シングルスC級	第3位
女子ダブルスC級	第3位
剣道 男子個人	第3位



山城地方体育大会

女子ソフトテニス部 個人戦 ベスト8 府大会出場

乙訓1年生大会

ソフトテニスの部	男子個人第3位 女子個人第3位
バドミントンの部	入賞



◎剣道部 京都新聞社賞

◎第13回絵画・イラストコンクール 佳作

10月の予定

日	曜	行 事 等	部 活	給 食
1	火	朝読書④	○	○
2	水	朝読書⑤	×	○
3	木	朝読書⑥	○	○
4	金	朝読書⑦	○	○
5	土	PTA 環境整備活動		
6	日			
7	月	朝読書⑧	△	○
8	火	体育大会	×	×
9	水	体育大会予備日	×	×
10	木	実行委員会（前期総括） 朝読書⑨	△	○
11	金	学習確認プログラム（3年） 朝読書⑩	○	○
12	土			
13	日			
14	月	スポーツの日		
15	火		○	○
16	水	文化祭取組①45分授業	×	○
17	木	検尿一次①文化祭取組②45分授業	△	○
18	金	検尿一次②文化祭取組③45分授業	△	○
19	土			
20	日			
21	月	文化祭取組④45分授業	△	○
22	火	文化祭取組⑤45分授業	△	○
23	水	文化祭取組⑥45分授業	△	○
24	木	実行委員会（後期第1回）、検尿一次③	×	○
25	金	文化祭取組⑦45分授業	△	○
26	土			
27	日			
28	月	文化祭取組⑧45分授業	△	○
29	火	文化祭取組⑨45分授業	△	○
30	水	文化祭取組⑩45分授業	×	○
31	木	文化祭①	×	×
1	金	文化祭② 40周年記念式典	△	×

※予定は変更になることがあります。あらかじめ御了承ください。

11月の予定

6日(水)～12日(火)教育相談週間

8日(金) 漢字検定日

13日(水) 実行委員会

13日(水)～14日(木) 3年実力テスト AB

15日(金) 人権授業参観日 学級懇談会

25日(月)～27日(水) 期末テスト



PTA 環境整備活動

10月5日の土曜日に、本校 PTA さんやむらたけ会、40周年記念実行委員会の皆さんと、各部活動の生徒の皆さんで校内の草引きを行いました。体育大会で使用するグラウンドのトラックや団席の辺りや、校舎西側の草のツルを綺麗にしてくれました。天候にも恵まれ、汗だくになって頑張りました。



先月ご紹介した、本校の中庭にいる亀の種類は、ニホンイシガメ（特に子ガメはゼニガメとも言われます。）です。子ガメの甲羅の中央にははっきりとした一筋の隆起があり、甲羅の後部にギザギザのフリルがついて、尾っぽが長いのが特徴です。いずれも親ガメになるとこれらの特徴は薄れていきます。その後も子亀は増え続け、結局 15 匹の子ガメが孵化しました。

すでに申し出のあった生徒にはもらっていただきましたが、まだ 9 匹います。ニホンイシガメは、今は準絶滅危惧種で簡単に川に放したり、粗末に扱ったりしてはいけません。2～30 年も生きる個体もいますので、責任を持って大切に育ててくれる人を募集します。教頭まで申し出てください。

