



教育目標：○よく考える ○進んで働く ○協力し助け合う ○心身を鍛える

光二中だより

<https://www.hikarigaoka2-j.nerima-tky.ed.jp>

令和7年7月18日

練馬区立光が丘第二中学校

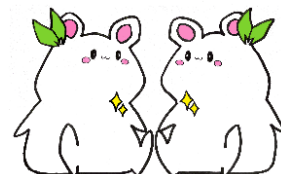
TEL 3 9 7 6 - 9 2 0 2

FAX 5 3 8 3 - 3 6 0 8



「 継続は力 」

校長 水谷 実岐



エベレスト登頂に成功したある登山家に「エベレストの頂上に立ったことで、心が強くなりましたか」と質問したところ、その答えはこうでした。「私の心は登頂するまでのプロセスの中で強くなったのです。登頂したらむしろ気が抜けてしまいましたよ」。登山家はエベレストに登るため、何年にも及ぶ計画を立て、その計画に沿って心と身体を鍛えるメニューを毎日毎日積み重ね、そして登頂に臨んでいます。エベレスト登頂に成功したことは大きな成果ではありますが、その登山家の心を鍛えたのは毎日の努力の継続だった、というお話です。

このお話から、夢や目標を実現させるためにお勧めすることがあります。それは、「自分ができる奉仕活動（家事のお手伝い）を決めて、それを例外なく毎日実践し継続すること」です。たとえば、玄関にある靴を揃える、食後のお皿を洗う、お風呂を掃除する、等々、5分弱で完結する実践可能なことでいいのです。

これらを実際にやり始めて気付くと思うのですが、取り組み自体は短時間の容易なものであっても、例外なく1日も休まず続けるとなると、実は簡単ではありません。だからこそ、この簡単ではないことの継続で、自分を信じることができるようになるし、周囲からの「ありがとう」の言葉がけで、自分は誰かの役に立っているという実感がもてるようになります。夢や目標の実現には、この「自己効力感」「自己有用感」を高めることがとても重要だといわれています。

と、いいながら自分自身はどうか、というと、継続することがとても苦手です。だからこそ、二中学生のみんなとともに、この夏休みを有効に過ごせるように、そして今後の人生を豊かに過ごせるように、私自身の課題と向き合いたいと思っています。

保護者の皆さま、お陰様で1学期を終了することができました。いろいろなことがありましたが、変わることもないご支援とご協力を賜りましたことに心より感謝申し上げます。どうもありがとうございました。今後とも、お子様にとって毎日の学校生活が安定し、充実したものになるよう努めてまいります。また、何かご心配がございましたら、いつでもご相談ください。

これから始まる夏休みが、まずは安全に、そして有意義で思い出深い日々となりますよう、どうぞよろしく願いいたします。



【2年生校外学習(都内巡り)に行ってきました】

7月4日（金）都内巡り。昨年度の川越校外学習もよくがんばっていた2年生。今年度はぐんと行動範囲が広がり、たくさんの電車を乗り継ぎ、歩き、班行動をしました。平日とは思えない、人の多さと、7月初旬とは思えない猛暑の中でしたが、安心して安全に、そして学ぶことと楽しむことを見事に両立させた2年生でした。



9月 行事予定



1	月	始業式 安全指導 ③⑥カット	16	火	修学旅行(3)
2	火	選挙管理委員会	17	水	修学旅行(3)
3	水		18	木	振替休業日(3)
4	木	専門委員会 中央委員会 ⑥カット	19	金	
5	金	選挙管理委員会	20	土	
6	土		21	日	
7	日		22	月	
8	月	生徒朝礼	23	火	秋分の日 連合陸上大会
9	火		24	水	中間考査
10	水		25	木	中間考査 学校保健委員会 いのちの授業(2) 立合演説会リハーサル
11	木		26	金	生徒会役員選挙 選挙管理委員会 英検
12	金		27	土	
13	土	学校公開日 一斉防災訓練	28	日	
14	日		29	月	学年朝礼 合唱コンクール実行委員会
15	月	敬老の日 修学旅行(3)	30	火	第一期時間割終

* 8月12日（火）～15日（金）は学校休務日となります。