

五中・夢バトン

豊中市立第五中学校
学校だより
令和2年(2020年)
8月サマーノート
発行責任:校長 石井 武

★2020夏、「プラス思考」で試練を乗り越えよう！ サマーノートを活用して、前進あるのみ！



今年度は学校休業の関係で16日間という短い夏休みです。五中が全学年共通のサマーノートを作成して4年目、「自主的、主体的に行動する姿勢や目標に向かって計画的、継続的に進めていく力」を身につけていくためのノートです。

「自分はできる」、「目標を達成できる」などとポジティブ(積極的、肯定的)に考えることでセルフイメージ(自分に対する印象)が高まり、いい結果が得られるようになります。

また、人は「プラス思考」を心がけることで、物事がいい方向へと向かい、難しい局面を乗り越えることができるようになります。今回のサマーノートは、五中図書館に配架されている『きみを変える50の名言』(佐久間博著、汐文社発行)から、おそらくみなさんがよく知っている人の名言をピックアップしました。試練を乗り越え、常に前を向いて力をつける夏休みにしてくれることを願っています。



成長するために、感謝の心は必要不可欠なんだ。

長友 佑都 (1986年～) プロサッカー選手



サッカー選手の長友佑都さんは、イタリアのインテルというチームに在籍していた時、試合でゴールを決めるとチームメイトたちに「お辞儀」をしました。彼は得点は自分一人の力できたわけではないと考え、「感謝の気持ち」をお辞儀という形で表現したのです。長友選手は、人として一流でなければ一流のサッカー選手ではないとも言っています。お辞儀は礼儀で行儀は正しくそれをおこなうこと。彼はそれができるからこそ、一流の選手なのです。

人はみんな、自分に与えられた魔法を持っています。

角野 栄子 (1935年～) 童話・絵本作家、エッセイスト



みなさんは、「魔女の宅急便」という映画を見たことがありますか？ ほうきに乗って空を飛ぶ魔女(キキという13歳の女の子)の修行の物語で、童話作家の角野栄子さんが書いた本が映画化されたものです。「誰でも魔法を一つは持っているんです。キキのように空を飛べたり、姿を消したりすることはできなくても、自分が好きなことで生きられれば、それは魔法になる」そんな気持ちを込めて、角野さんはこの物語を書き続けられました。人は自分で自分の物語を紡ぎながら、それをつないで「人生」という大きな魔法の物語を完成させるのです。

小さいことを積み重ねることが、とんでもないところ（目標）へ行く
ただ一つの道だと思っています。

鈴木 イチロー（1973年～）元プロ野球選手



「イチロー」の名で親しまれ、日本やアメリカ・メジャーリーグで数々の偉業を達成した鈴木イチロー選手。その名を知らない人はいないほどのスーパースターですが、そんな彼にも何度かスランプの時代がありました。スランプが彼のポテンシャル（潜在能力）を引き出したと言ってもいいかもしれません。一流選手に限らず、潜在能力は誰もが内に秘めているものです。イチロー選手はコツコツと小さな努力を積み重ね、「とんでもないところ（目標、成功）へ行くただ一つの道」という言葉で、地道に努力を積み重ねることの大切さを表現しています。

誰も一人では生きられないし、一人では戦えない。仲間がいてくれるからこそ、今の自分がある。そう思える時、僕はいつも以上の力を発揮できるような気がする。

北島 康介（1982年～）元競泳選手



時に元気づけたり勇気づけたり、自分の気づかないことを教えてくれたりする友だちや仲間たち。何かにチャレンジするときには、そんな仲間がいるとモチベーション（動機付け、やる気・意欲）が高まっていい方向へと導いてくれます。競泳の北島選手は、仲間からたくさんの「心のエネルギー」をもらうことでモチベーションが高まり、いつも以上の力を発揮できたのだと語っています。

人間は何のために生きるのかって考えてみると、
苦難を乗り越えていくために生きるのだと思う。
何もしないで、生きていこうなんて生き方はだめよ。

フジコ・ヘミング（1932年～）ピアニスト



世界を股にかけて活躍するピアニストのフジコ・ヘミングさんは「不屈の人」と言われます。小学生のころから天才少女と言われて、ヨーロッパの大学に留学し音楽活動を行います。いじめや差別を受けたり、リサイクル直前に風邪をこじらせて聴力を失ったりと苦難の連続でした。そんな彼女が日本に帰国し67歳の時に「奇跡のカンパネラ」という名曲でブレイクします。まさに奇跡の復活劇でした。

「その時は不幸だと思っていたことが、あとで考えてみると、より大きな幸福のために必要だったということがよくあるの」これも不屈のフジコさんが語った言葉です。