

1 学期始業式のあいさつ

おはようございます。

2・3年生のみなさん、あらためて進級おめでとうございます。

2年生のみなさんは大塚生2年目に入ります。今年は修学旅行などの学校行事を楽しみながら、大塚生の中核となる取り組みを期待します。

3年生のみなさん、高校生活最後の1年が始まります。それぞれの皆さんが希望する進路実現が出来るよう、日々の学習や部活動に精一杯取り組んでください。

また、2年前に成人年齢が18歳に引き下げられたことで、今年の誕生日が来て18歳になると、クレジットカードや携帯電話、ローンの契約などが自分の意思により結ぶことができるようになります。各教科やHRなどを活用して金融に関する学習を実施する予定ですが、皆さんも自分自身を守るために正しい知識をしっかりと身につけましょう。

さて、3月の終業式で「新年度に向け高い目標を掲げること」を伝えました。覚えていますか？ 皆さんは目標を立てられましたか？

今日は目標達成のための道のりについて話をします。

知っている人もいるかもしれませんが、大谷翔平選手が高校1年の時に書いた目標達成シート（いわゆるマンダラチャート）には、一番大きな目標として「ドラ1、8球団」と書いています。「ドラフト会議で1位指名を8球団から受けること」です。

マンダラチャートには大きな目標を達成するために必要なことを8つに細分化することによりそこまでの道のりを具体化することができます。「ドラ1、8球団」を達成するために大谷選手は次の8つの目標を掲げました。「体づくり・コントロール・キレ・スピード（時速180km）・変化球・運・人間性・メンタル」です。この8つのうちのひとつ「運」を得るためにさらに「あいさつ・ゴミ拾い・部屋そうじ・審判さんへの態度・本を読む・道具を大切に扱う・プラス思考・応援される人間になる」の8つの道のりを挙げています。

大谷選手はこのシートを作成する際に、なるべく具体的に、また少し高い目標を書き込むよう意識したそうです。そして実践してきました。

ゴールは試合の勝ち負けなどの短期的なものではありません。「将来どうなりたいか、どうありたいか」など長いスパンで自分の人生を見据えながら、日々ゴールに少しでも近づいている実感を持つことで、達成感を味わい、長く集中して続けることができます。

皆さんも新年度に向けて掲げた目標の具体的な道のりを考え、このように細分化し書き留めてみてはどうでしょうか。

目標の『見える化』です。

そうすることで、自分自身に決意させることができます。そして、周りの協力を得やすくなり、目標を達成する確率が高くなります。

結びに、米国の心理学者ウィリアム・ジェームズさんの言葉を贈ります。

「自分にはそれができないと言った瞬間から可能性の道は閉ざされてしまう。同じ能力の持ち主でもプラス思考で取り組んだ人はうまく行き、マイナス思考で取り組んだ人はうまく行かない。まさに人間は、自分の考えた通りの結果を手にするのである。」

みなさんの1年間の頑張る姿を期待して、始業式のあいさつとします。