

いよいよ明日から、みなさん待ちに待った冬休みですね。今年度の冬休みも昨年度と同じく12日間と少し短いですが、新しい年を迎える、お正月があり、気持ちを新たにできる時期でもあります。今年はコロナウイルス感染症の影響で様々な行事が中止になったり延期になったりする中で、また、マスクをした状態の中でどの学年の人たちも、いろいろなことを本当によくがんばってくれました。本当に疲れさまでした。今年はなかなか遠くに行くことはできないかもしれません、リラックスをする良い機会だと思いますので、ゆっくりと過ごしてくださいね。

ところで、昨年度もお話ししましたが、「一年の計は元旦にあり」という言葉があります。一年の計画は元旦に立てるべきであるということです。何かをするに当たっては最初にしっかりと計画を立ててから臨むことが大切だという意味を持ちます。何事も最初が肝心であるということですね。

ですから、みなさんには何か「今年はこれをやる」とか「これだけはがんばるぞ」とか「毎日これを続けるぞ」といった目標をぜひ立ててもらいたいです。

先生は今年、雨の日以外は10分走るという目標を立てました。

100%達成とはいからなかったですが、90%くらいは達成することができました。今までの中で一番たくさん走った一年だったような気がします。先生はなかなか長続きしない性格ですが、続けることができたのは、みんなの前で「これをする」と言ったからだと思います。みなさんも家族や友だちの前で目標を言うのは一つの方法だと思うので、ぜひ試してみてください。

目標を立てる時は自分の今の状態をしっかりとつかんで、高すぎる目標にせず、これだったら続けられるという目標にした方が、長いこと続けることができます。「継続は力なり」といって、続けてすることは自分の力になっていきます。みなさんもなんでもいいので、続けられる目標を立ててください。そして、楽しい冬休みを過ごしてくださいね。