

努力で3780

校長・矢野 尊久

努力には様々な努力があります。大きな努力、小さな努力、コツコツとした努力……そしてそれ以外にも見える努力と見えない努力があります。

多くの人が見える努力をしがちです。見える努力は人からは分かりやすいので、周囲からはよく褒められます。「偉いね、頑張っているね」と言われ、うれしいものです。褒められるとやる気も出ますので、余計に頑張りがたくなります。しかし、見える努力は人に分かってもらえないところではサボりがちになってしまいます。人前ではやる気が出るけれども人の見ていないところではやる気も出ず、サボってしまうということです。褒められるためにやっている努力だとよけいにそうなりがちです。人からどう見られているかを考えながら行動するので、いつも人の目を気にしながら取り組むことになり、気も散ります。また成果よりも褒められることなど評価ばかりを気にしがちです。

見えない努力はどうでしょうか。見えない努力は自分しか知らないわけですから、やる気を出し、継続することは大変です。しかし、集中するためには誰も見ていない方が取り組みやすいはずで、また自分のペースで努力することもできるので効率的です。本当の実力はこういった見えない努力のほうが付きやすいのではないのでしょうか。また誰からも見えていなくても取り組んでこそ本当の力として身に付くのではないのでしょうか。もし、誰も褒めてくれないのでやる気がしないというなら、見えない努力に対して、自分で自分を褒められるくらい取り組んでみる……そんなことも大切だと思います。

今年の明保中学校では例年より早く新学期が始まりました。これからの2学期は大きな成長の期間、この見えない努力をどのくらいできたか……ということでゴールは大きく違ってきます。特に3年生は、進路選択という大切な時期、受験に向けてコツコツとする勉強は受験当日まで結果としては分からないので、正に見えない努力です。しかし、努力の数だけ受験生としての成長があり、真剣に努力したことは必ず結果と結びつくものです。真剣な努力はけっして裏切らないはずで、また、1、2年生は未来の自分への投資と思って見えない努力も試みるのが大切です。それは勉強以外のことにもたくさんあります。例えば読書、本をたくさん読んで新しい知識や考えを吸収して自分のものにするような努力も実はなかなか人からは見えない努力だと思います。しかし、読書はあなたたちの成長には欠かせないもののはずです。

努力はしているけど成長しているかどうか分からないという人のために簡単な計算をしてみましょう。毎日1%の努力を一年間したとします。最初の実力を100とすると、1日目は $100 \times 101\%$ で101、2日目は $101 \times 101\%$ で約102……このまま365日間の努力を計算

(101%の365乗)すると3780!になります。単純計算ですが38倍もの力になるのです。では、逆に1%ずつサボるとどうなるか。驚くことに一年後には100あった実力はなんと3%に!なってしまいます。

諦めず努力すれば、人は必ず成長します。そして、見えない努力をしている人は見えなくても、必ず周囲の人から「見えない努力をしているんだね」と分かるものです。努力は見えなくても、成長は見えるからです。

努力を惜しまず実りある学期に!よりよい成長を期待しています。



◇9月の主な予定◇ 予定の変更は担任等から連絡いたします。

月	日	曜日	内容	月	日	曜日	内容
9 月	9	月	全校朝礼	9 月	19	木	修学旅行振替休日3年生
	10	火	生徒会役員選挙リハーサル 修学旅行事前検診3年生		21	土	学校公開日 ①から③
	11	水	英検講座(希望者)		24	火	B時間割開始
	12	木	校外学習1年生		25	水	職場体験1日目
	13	金	生徒会役員選挙⑥		26	木	職場体験2日目
	16	月	(敬老の日) 修学旅行3年生1日目		27	金	職場体験3日目
	17	火	修学旅行3年生2日目 給食試食会		30	月	生徒会朝礼 試験一週間前
	18	水	修学旅行3年生3日目				

◇夏の部活動の結果◇

○バドミントン部……東京都夏季大会女子団体 ベスト16



東京都夏季大会個人戦 女子ダブルス3年 ベスト16
 西東京市スポーツ大会 女子団体2年生 準優勝
 女子団体1年生A 準優勝 女子団体1年生B 準優勝
 1年女子シングルス 第3位
 1年女子ダブルス 第3位
 1年男子シングルス 第3位
 1年男子ダブルス 第3位
 第3位

○女子ソフトテニス部……東京都夏季大会女子団体戦 1回戦まで
 個人戦 3回戦まで

夢限大CUP 女子団体戦2部 優勝

○卓球部……西東京市スポーツ大会 男子団体 ベスト4
 2年男子個人戦シングルス ベスト8
 2年男子個人戦ダブルス ベスト16
 1女子個人戦シングルス 準優勝 ベスト4

○サッカー部……第19回東京都中学校第1ブロック研修大会 第1位
 西東京市スポーツ大会 予選リーグ敗退 明保中学校 2-3 ひばりが丘中学校
 明保中学校 2-2 田無第二中学校

○美術部……東京消防庁「はたらく消防のポスター」優秀賞 1年生
 東京都道路整備保全公社「夢のみち」2019 参加賞
 3年生
 2年生
 1年生

○女子バスケットボール部……西東京市スポーツ大会 準優勝

○剣道部……第11ブロック剣道研修大会
 初心者の部 第1位 1年生、第2位 1年生

○野球部……西東京市スポーツ大会 保谷中学校との合同チームとして
 1回戦 明保中学校 4-1 田無第一中学校
 2回戦 明保中学校 10-0 田無第二中学校
 決勝戦 明保中学校 0-16 ひばりが丘中学校

研修大会 マナー賞

○音楽部……第86回NHK全国学校音楽コンクール 奨励賞

○女子バレーボール部……武相大会予選リーグ 第2位

