



# 万里一空

御津中学校 校長室だより  
令和8年1月7日 No.12



新年あけましておめでとうございます。皆さんは、2026年はどんな1年にしたいと考えていますか？今から昨年と同じ内容の話をします。2・3年生は覚えていますか？

「1年の計は元旦にあり」という諺があります。

物事を始めるには最初にきちんと目標を掲げ、それを達成する計画を立てることが大切だという意味です。

目標を掲げると何がいいのから5つ挙げてみます。

1. 目標があるとやることが明確になる。
2. 目標から逆算することで、今やること、次にやることのステップが見えてきてこれが計画や方法となる。
3. 脳科学の観点から、人は問題を認識し、関心をもつことで脳の働きが変わる。
4. 目標が明確になると、人は無意識化の中でも目標を達成する方法を考えるようになる。
5. 目標設定は、現実と目標までのギャップ、つまり課題や問題点を見える化できる。

大切なことは、「いつまでに達成する」と目標に期限を設けることです。期限のない目標は、「こうなったらいいな」というただの願望で終わってしまいます。冬休みの宿題が、期限内に終わるのも、3学期始業式までという期限があるからです。人は不思議なもので、期限があると「その期限に間に合わせよう」とする力が働きます。そしてそれを達成するための見通しを考えます。目標も同じです。期限が必要です。期限は、1年であったり、1カ月、1週間だったり、内容や目標に応じて変わってきます。期限が決まれば、あとはやるのみです。

また、3学期は次年度のゼロ学期とも言われます。

1年生は、2年生のゼロ学期です。何事にも厳しく、尊敬され、頼りになる先輩になるための準備をしてください。

2年生は、3年生のゼロ学期です。義務教育最終学年であり、御津中の最高学年でもあります。御津中の顔として恥ずかしくない準備をしてください。

3年生は、進路の実現の時です。やるべきことを確実に実行に移してください。

