

# 錦上添花

錦ヶ丘中学校  
学校便り  
4月19日発行 NO.2  
文責 出崎友英

## 良い習慣を身につける。

ある朝、正門付近を掃除していたら「先生はいつも朝早くから掃除されて、きつくないのですか？」と声をかけられました。時々あいさつを交わす地域の方でした。

私は「そんなにきつありません。もう慣れました。」と答えました。

ある日、いつも給食と一緒に食べる先生から「校長先生は食べるのがとても早いですね。」としみじみと言われました。ゆっくり食べようと思っても、なかなかゆっくりと食べることができません。私の悪い習慣です。

実は私は若い頃、朝早く起きることはとても苦手でした。また、若い頃から食べるのが早かったわけではありません。必要にかられて早起きをしたり、急いで食べたりにいるうちに早起きや早食いの習慣が身につけてしまったのです。

習慣について書かれた次のような文章を目にしました。

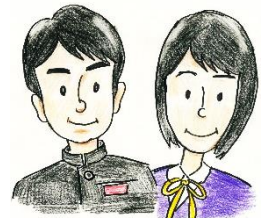
習慣とは、ある特定の行動を何度も繰り返しているうちに第二の性質となったものである。いったん習慣が身につくと自動的に反応するようになり、さほど意識しなくても、そのことをできるようになる。つまり、あなたにとって習慣は最高の武器にもなるし、最大の敵にもなる。

「人間はみな、習慣の生き物だ。」という格言もある。

習慣は人生を豊かにする時に善である。したがって、自分の人生にとって良くない習慣があれば、それに気づいて改善する必要がある。あなたは、よくない習慣をやめようという意志をもって、そして自分にとって良い習慣を身につける努力をすることが大切なことである。➤

その気になりさえすれば、習慣は変えることができる。大切なのは、自分の悪い習慣をまずしっかりと自覚し、それを変える決心をし、その決意を実行することだ。習慣はよいものも悪いものも、時間がたてばたつほどにより強く身についていくのである。かのシェークスピアは「まず人間が習慣をつくり、次に習慣が人をつくる」と言っている。あなたにとっての良くない習慣はなんだろう？自分にとってプラスにならない習慣を改善しよう。そして良い習慣を身につける努力をしよう。

錦ヶ丘中は「あいさつ・掃除・服装・時間を守る」の4つのことを大切にしています。この4つは、皆さんが身につけるべき大切な良い習慣だと考えているからです。そんな良い習慣をしっかりと身につけるまでは、意識してがんばってやり続けるしかありません。意識してやり続けることで、いつか意識しなくてもできるようにするはずですよ。



「行動はいつか習慣になり、習慣はいつか性格になる。そして性格はいつか運命になる。」という言葉があります。

もしあなたが良い習慣を身につけて、自分の未来によりよい変化を与えたいと願うのなら、「あいさつ・掃除・服装・時間を守る」の4つの習慣を身につけるために、意識を持ってがんばりましょう。

始めるなら今です。今から始めましょう。

## 対面式がありました。

4月15日(月)に**対面式**がありました。2,3年生が勢ぞろいした体育館に、1年生がプラカードを先頭に入場してきました。校歌の紹介、生徒会長の歓迎の言葉、生徒会の委員会活動の紹介、そして部活動の紹介がありました。部活動紹介では、限られた時間の中で各部活動の魅力をしっかり伝えようとユーモアを交えた熱演が続きました。生徒会活動や部活動は、学年を越えて生徒たちがつながる大切な場だと思います。1年生の皆さん、生徒会活動や部活動に積極的に取り組んでみましょう。



▲ 部活動紹介の一場面

## ◆お知らせ・お願いです。

○4月18日(木)に**避難訓練**を行いました。前日の深夜に四国地方で大きな地震があり、熊本地震のことを思い出しました。いざという時の正しい判断・行動は自分の安全だけでなく、周りの人たちの安全を守ることもつながります。今回の避難訓練のように、万一の時も落ち着いて正しく判断・行動できるように心構えをしておきましょう。



○4月22日(月)から**家庭訪問**が始まります。今年度も玄関先までの訪問としています。この機会に保護者の方と担任が顔をあわせておくことは、これからの1年にとって意義あることだと思います。各ご家庭で日程調整などにご協力いただきありがとうございます。限られた時間での訪問となりますが、どうぞご理解とご協力をお願いします。



人生は自分でつくるもの。  
やり始めるのに、遅いということはない。  
カーネル・サンダースの言葉