



「心理的長さ」と「2つのジリツ」 校長 代永 研

「え、もう1週間が経ったの」と最近よく感じます。「ジャンネの法則」というのをご存じの方はおられるでしょうか。そこには「主観的に記憶される年月の長さは年少者には長く、年長者には短く感じられる」という現象が心理学的に説明されています。50歳の人間にとって1年の長さは人生の50分の1ほどですが、5歳の人間にとっては5分の1に相当します。5歳の人にとって主観的に記憶される1日は、50歳の人間にとっては10日にあたることになります。つまり「生涯のある時期における時間の心理的長さは年齢に反比例する」ということになります。生きてきた年数によって1年の相対的な心理的長さがどんどん小さくなることによって、時間が早く感じるというわけです。人は経験のないことに取り組んでいるときは、それが強く意識に残り時間が長く感じます。反対に、慣れてしまうと時間の長さが気にならなくなり、あっという間に時が過ぎたように感じるのです。子どもの頃は初めて体験することが多く、毎日が新鮮で新しい出会いや発見があります。しかし年齢とともに新しい経験をする機会は失われていくため、残念ですが時間があっという間に過ぎ去ってしまったと感じてしまうのですね。「新たな刺激を求めて生活せねば」と思う今日この頃です。

「2つのジリツ」という言葉があります。一方は「他の助けを受けずに一人で行動できること」、もう一方は「自分が決めたルールで自らの行動をコントロールすること」という意味になります。仕事という視点で考えてみると、一方は「仕事のやり方を習得し、仕事をして生活を維持している人」、もう一方は「自ら仕事の目標を設定でき、仕事への価値や意義を見出せる人」という感じでしょうか。もうお分かりかと思いますが、漢字で表すと前者は「自立」、後者は「自律」となります。「自立」は「外的要素のひとりだち」を表し、「自律」は「内的要素のひとりだち」を表していると考えられます。桜地区の小中一貫教育の共通目標は「ひとりだち」です。その具体の一部には、『将来の小樽を支えていく「自律」した子どもを育て・・・これからの予測のつかない時代をたくましく生きるための「自律」の力をつけることをめざす』と示されています。改めて自らの成長を促すため、「自立」も大事なことです。日常的に「自律」を意識してみてはいかがでしょうか。

2024年度も残り1ヶ月、3月を残すのみとなりました。3年生はいよいよ公立高校の入学試験、そしてあっという間に卒業式を迎えます。まだまだ時間の心理的長さが長い年代の中学生のみなさんには、進んで新しい経験を積むとともに、進学・進級に向け、少しでも悔いを残さぬよう「自律」した生活を送ってほしいと思います。

○令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

毎年、1学期に全学年で実施している新体力テストに関して、標記の対象となっている2年生の結果が返却されました。結果としては、男女ともに「長座体前屈」のみ全国平均を超えました。

全国平均と比較すると、男子では立ち幅跳び、女子では反復横飛びが大きく離されていました。小樽市においては、筋持久力や全身持久力に課題が見られ、本校においても同様の結果が見られました。

本校では、課題の改善に向けて、授業に統一した補強運動を意図的に組み入れたり、運動の技を段階的に確認したりするなどに取り組んでいこうと思います。

○国際スポーツ雪かき選手権

2月16日(日)
12回目となる「国際スポーツ雪かき選手権」が、今年度より東小樽町会も会場に加わり開催されました。

中学生の部に桜町中学校から3年生1チーム、拠点校サッカー部チームとして1年生が3名出場しました。市内13チーム参加の中、見事、桜町中学校3年生のチーム(代永組)が優勝しました。



○学校 HP の活用

先月号でも掲載しましたが、学校 HP について、臨時休校の場合や生徒の活動を掲載しています。今後については、一般的な配布物関係についても、デジタル化していく種類も増やす予定です。

学校 HP をブックマークして活用するようお願いいたします。QRコードは表題にあります。

URL: <https://www.otaru.ed.jp/sakuramachi/>

○集めてます♪

本校では、資源回収などで得たお金を学校や生徒の活動費に当てています。さらに、財源を確保するために、新たにオタルンカードの教育環境券を集めようと思います。

オタルンカード満点で500円使用後に右端の部分を切り取りお持ちいただくと助かります。



○スクールカウンセラー

3月7日(金)
10:00~15:30

今年度最後の来校予定です。生徒本人や保護者の方のみでも可能です。気軽に連絡ください。

【3月行事予定】

3日(月) 3年(5h) 1, 2年(6h)
4日(火) 公立高校入試①(5h)
5日(水) 公立高校入試②
3年(3h) 1, 2年(5h)
6日(木) 3年(4h) 1, 2年(5h)
7日(金) 生徒総会(5h)

3年キャリア教育講話
SC 来校日
10日(月) 3年金融教育
3年(4h) 1, 2年(5h)
11日(火) 3年(4h) 1, 2年(5h)
12日(水) 同窓会入会式
3年(3h) 1, 2年(5h)
13日(木) 3年(3h) 1, 2年(5h)
14日(金) 卒業式
17日(月) 公立高校合格発表
1, 2年復習テスト

18日(火) 北照高校講話(5h)
19日(水) 学年末保護者会
1年(4h) 2年(5h)
20日(木) 春分の日
21日(金) 大掃除(3h)
24日(月) 修了式(3h)

職員会議

