



# 学校だより

狛江で育ち狛江一中で学んだことを  
生涯の誇りにできる生徒の育成  
2月号 令和6年2月1日

## 狛江市立 狛江第一中学校

狛江市和泉本町 2-15-1

TEL 03 (3480) 0121

### 「1万時間の法則」

校長 吉田 知弘

3学期がスタートして1ヶ月が経ちました。冬らしい寒い日が続いていますが、明後日3日(土)には節分、翌4日(日)には立春を迎え、季節は着実に冬から春へと向かっています。寒さの本番はまだまだこれからですが、木々の芽や梅のつぼみは膨らみはじめ、また道端の草花も力強くじっと成長の機会をうかがい春に向けての準備をしています。どんなに寒い日が続いてもいつか必ず暖かい日がやってきます。

表題の「1万時間の法則」とは、フロリダ州立大学教授 アンダース・エリクソン氏らが1993年に発表したもので、その後、アメリカのジャーナリスト マルコム・グラッドウェル氏の「天才！成功する人の法則」という著書によりその考え方が広まったと言われています。「ある分野でスキルを磨いて一流として成功するには1万時間もの練習や努力、学習が必要である」というものです。仮に1日の平均練習時間を3時間とすれば  $10,000 \div 3 = 3,333.333 \dots$  となり、さらに1年は365日ですから  $3,333 \div 365 = 9.13 \dots$ 。つまり約9年という月日が必要になります。もし毎日5時間頑張ったとしても1万時間に達するまでに約5年半かかることになります。「1万時間」の真偽や「一流としての成功」の定義はさておき、自分に自信がもてるような力を身に付けていくためにはしっかりと練習や努力、学習を継続していくことが大切だというのは間違いのないことです。また逆の言い方をすれば、「練習や努力、学習を積み重ねていけば、いつかきっとそれに見合った力を身に付け、自分にも自信がもてるようになる」ということだと思えます。

先週、2年生はスキー移動教室に行ってきた。とてもきれいな宿舎に泊まり、とてもきれいなゲレンデで3日間スキーを満喫してきました。もちろん「スキーは初めて」という生徒もたくさんいましたが、仲間と互いに励まし合いながら、そして自分自身にも「檄」を飛ばして約2.5時間×4回、1万時間には及ばないものの10時間近くのスキーレッスンを受け、



みんな立派にスキーの技術を上達させることができました。最終日にはほとんどの生徒がリフトに乗って山頂付近まで行き、思い思いの立派なフォームで麓まで滑り降りてくることができている。「(仮に最初はつらかったとしても)努力していれば必ず力がついてくる」ということを実感してくれたことと思えます。

3年生も今まさに受験シーズン真っ盛りとなり、学力考査を受ける、いわゆる一般受験はいよいよ今月、本番を迎えます。この日を迎えるまで、それぞれが一生懸命、勉強に取り組んできました。その努力の積み重ねは絶対にそれぞれの「実力」となって身に付いているはず。どうか自信をもって入試に臨み、自分にとっての「一流の成功」を収めて欲しいと願っています。1年生も昨年4月の入学以来、勉強に対しても、毎日の学校生活の中でもしっかりと自分を磨き、中学生としての自覚が芽生えてきたことを実感しています。一人一人の個人としても、また学年という集団としても立派に成長していることを頼もしく思います。

令和5年度もいよいよ残り2か月となりました。今年度の総まとめとして、また4月からの新しいスタートに向け、ラストスパートで頑張りたいと思います。努力を続けていくことで必ず成長できると信じています。

## 調理実習再開

家庭科 星野 久美子

教科「家庭」では、1月の第3週から第4週にかけて、第1学年及び第2学年で調理実習を行いました。乳幼児期に多いアレルギーである「小麦」「卵」を使用しないおやつ作りをテーマに「アレルギー対応 甘さ控えめ米粉さつまいも蒸しパン」を作りました。コロナ禍の影響もあって、小学校ではほとんど調理実習の経験がない生徒たちでしたが、安全に気をつけ、班で協力して実習することができました。同じ材料で作ったのですが、できあがった蒸しパンは班によって膨らみ方が違い、食感が様々だったようです。第3学年は年度末に実施予定です。



## 狛江市立中学校作品展開催

★「美術科」於：泉の森会館 2階ギャラリー 2日（金）～5日（月）

10時から18時（入館は17時30分まで）\*最終日15時まで

出品生徒ならびに作品

＜第1学年＞工芸「木工パズル」

杉山由・佐藤美結・小宮環・高宮花・長谷川凜・米田顕太  
阿曾千紗・片倉和音・高橋晴子・宮崎結芽 他2名

＜第2学年＞塑造「ほんものそっくり?！」

勝山りりか・種村百々花・藤原寿浩・川那部優凜・草下修一・近藤真由・竹地蘭  
松本弥子・谷田部はな・今屋七虹・関岡奈南佳・野村優莉・向井蓮花・大内悠叶  
梶谷あらた・齋藤瑞季・佐藤菜月・謝里来・中堀遥菜・則枝陽向・袴田すみれ 他1名

＜第2学年＞工芸「メタル立体レリーフ」

青野花音・勝山りりか・江崎瑞季・川崎晴貴・重政琴音・竹地蘭・今屋七虹・岡村花姫  
菊地麻帆・小池篤輝・飯田利都・澤野優奈・富永聖七・成瀬葵 他2名

＜第3学年＞絵画「墨で描く」

小栗かえで・千葉友陽・友定征輝・中森夏美・原田瑞之・雪本圭吾・有賀柚・井口楓  
遠藤冬柚樹・大田美波・小川心愛・近藤美和・中村明・森田ちえ・鈴木碧人 他1名

＜第3学年＞彫刻「篆刻と石彫」

小栗かえで・大田美波・中森夏美・原田瑞之・雪本圭吾・有賀柚・井口楓・大田美波  
鯨岡諒真・櫻岡佑輔・李震・門脇滯・近藤美和・服部玄・岩木莉沙

★「技術・家庭科」於：狛江市立西河原公民館 1階展示ギャラリー 1日（木）～5日（月）

9時から21時まで（最終日は15時まで）

出品生徒ならびに作品

**技術分野**

＜第1学年＞「親子スライド本立て」

森下真幸・中村東八・西澤裕豪・小宮環・南保陽奏

**家庭分野**

＜第1学年＞「エプロン&巾着袋」

高木里佳・鈴木慈花・清野結生・長谷川凜・片倉和音 他1名

＜第2学年＞「タブレットケース」

天羽聡典・勝山りりか・楠本文香・重政琴音・竹地蘭  
川崎玉貴・向井蓮花・佐藤菜月・澤野優奈・中堀遥菜

＜第3学年＞「アニマルボール」

井口学・千葉倫子・遠藤冬柚樹・岡部勇汰・櫻岡佑輔・李震  
近藤美和・關口善・比嘉さくら・三上あんり 他1名

【敬称略】

## 【一中ゾーン】コミュニティ・スクール 主な活動報告

11月に本校で1組と狛江第一小学校いずみ学級・緑野小学校えのき学級との交流会を実施しました。えのき学級はトーンチャイムと歌、いずみ学級は手話を交えた歌や合奏を披露し、1組は和太鼓を発表しました。1組の生徒は太鼓の音が揃い、腕がしっかりと伸び、先輩として後輩たちによい姿を見せることができました。また、休憩時間には小学生と中学生が交流することもでき、たくさんの笑顔が見られました。

