



学校だより

2026年7月17日
藤沢市立御所見中学校
校長 山田 大

夏休みは挑戦、成長するチャンス！良い「考え方」と「習慣」を身につけるために「目標」や「計画」を立ててみませんか？
～1日10分、365日で73,000円？～

7月17日（金）全校集会の校長の話では「考え方×習慣」～意志が強い・弱いの問題ではない～というテーマで話をしました。

御所見中学校の学校の教育目標

生きる力を育む

スローガンは

自分も人も大切に

私は昨年7月12日から1年間の「禁酒」にチャレンジしました。最初は人間ドックまでの約1ヶ月の予定でしたが、思い切って1年間に延長しました。結果は…見事達成できたわけですが、1年ぶりに飲むビールはさぞかしおいしいものと期待していましたが、まずく感じてガッカリしました。

生きる力

考え方
(見方)



習慣
(行動)

ひらがなで かえる
または英語で **Change**

春休みの宿題？

松井秀喜 氏の座右の銘（ざゆうのめい）

心（考え方）が変われば行動が変わる

行動が変われば習慣が変わる

習慣が変われば人格が変わる

人格が変われば、運命が変わる

始業式の校長の話や4月の学校だよりでは、学校教育目標の生きる力＝「考え方」×「習慣」とまとめ、真ん中の「かける」には「かえる」英語では「Change」という別の意味があること、松井秀喜さんの座右の銘を紹介し、自分の考えや習慣をよりよく変える力が「生きる力」と考えることができる、と説明しました。

校長はなぜ、毎年夏休みに
目標を立て、挑戦するのか？

私は小・中学生の
9年間、夏休みの宿
題を完璧に終わらせ
たことはありません。



目標や計画を立てずに
ダラダラ過ごす子どもでした。

「7つの習慣」という
本と出会い、校長にな
り、遅ればせながら
自分を「変えたい」
と思ったのです。



なぜ校長は毎年、夏休みに目標を立てて挑戦するのか？私は小・中学生の9年間、夏休みの宿題を完璧に終わらせたことはありません。目標や計画を立てずにダラダラ過ごす子どもでした。「7つの習慣」という本と出会い、校長になり、遅ればせながら自分を「より良く変えたい」と思ったからです。

昨年3月には、皆さんも失敗、挫折を恐れずに、自分との約束を守るような挑戦をしませんか？という話をしました。

そこで、44日間の夏休みは挑戦、成長するチャンス！良い「考え方」と「習慣」を身につけるために「目標」や「計画」を立ててみませんか？さらに夏休みだけでなく、1年間、毎日10分間のお手伝いに挑戦してみませんか？と提案しました。

なぜかという、神奈川県最低賃金は1,225円です。10分間に換算すると約200円、1年間365日で73,000円になります。



私は今日から毎日、10分、自宅のトイレを1年間365日掃除することに挑戦します！



修学旅行の費用は約70,000円です。2年生が今から毎日10分間、1年間お手伝いを続けたら修学旅行の費用が稼げます。自分で旅行費用を稼ぐって、すごくないですか？

私は禁酒のチャレンジが終わったので、今日から毎日、10分間、自宅のトイレを1年間365日掃除することに挑戦します！禁酒は自分のためですが、これはみんなのためになる。1年間続けられたら、また自信につながると思います。

達成できた禁酒と



達成できないマッちょ

意志が強い・弱い問題ではない！

ズバリ、習慣！

この差は何か？

しかし、実は皆さんに宣言したのに達成できていない目標があります。2026年はマッちょになることを目指していたのですが…。残念ながら変わっていません。この差はなぜ生まれるのか？それはズバリ「習慣」です。意志が強い・弱いという問題ではないのです。いかに習慣にできるか、そこがポイントなのです。

そこで、この夏は、マッちょになるために習慣にできなかった筋トレとトイレ掃除を計画的に1日のスケジュールに取り入れて挑戦します！9月1日（火）お互い元気よく、計画や目標を達成してスッキリ爽やかに再会しましょう！皆さんの挑戦を応援しています。有意義な夏休みを過ごしてください。

平日	4時		5時	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時				
	起床	ランニング	犬の散歩	スクワット	朝食	トイレ掃除 身支度	通勤	サッカー	お仕事			昼食	腕立て	お仕事			懸垂	通勤	体幹	入浴	夕食	フリー	読書

	4時	5時	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時		
休日	起床	ランニング	犬の散歩	スクワット	サッカー	朝食	掃除・洗濯	フリー	昼食	腕立て	フリー			懸垂	体幹	入浴	夕食	フリー	読書	就寝

3年間の集大成、熱い戦い、感動をありがとう

～藤沢市総合体育大会～

6月28日（日）から藤沢市総合体育大会が行われ、御所見中学校の運動部が熱戦を繰り広げました。この大会は全国大会につながる3年生にとって最後の大会であり、ここで敗退したチームは残念ながら引退となります。

公式戦初勝利を収めたチーム、新人戦では0-13で敗れた相手に1-2の接戦に持ち込んだチーム、点差が開き勝利が遠のいても全力を出し切ったチーム、県大会を目標にしながら、まさかの敗戦で涙をのんだチーム、負けた直後に悔しさから学校に戻って練習し、湘南大会出場を果たしたチーム、強豪校と接戦を重ねて湘南大会にリベンジを誓うチーム…。様々なドラマがあり、大きな感動をもらいました。ありがとうございました。

【藤沢市中学校総合体育大会 6月28日（日）～7月11日（土）】



＜男子バレーボール部＞3位『湘南大会出場』 ＜女子バレーボール部＞『湘南大会出場』

準々決勝：六会中○ 準決勝：藤沢クラブ● 3位決定戦：村岡中●

1回戦：長後中● 敗者復活戦：六会中○



＜サッカー部＞ 『予選敗退』

2回戦：六会中●



＜軟式野球部＞ 『予選敗退』

2回戦：大庭中○ 3回戦：秋葉台中●



＜女子バスケットボール部＞ 『予選敗退』

1回戦：高倉中○ 2回戦：大庭中● 順位決定戦：大清水中●



＜男子バスケットボール部＞ 『予選敗退』

1回戦：善行中○ 2回戦：村岡中●



F I F Aワールドカップ2026

～40年間見続けて思うこと～

1986年の6月22日、大学の寮でテレビに釘付けになった。アルゼンチンのマラドーナがイングランド戦で、伝説の5人抜きを達成した瞬間だ。あれから40年、4年毎に欠かさずワールドカップを見ている。

1993年のドーハの悲劇も鮮明に覚えている。あの当時からは今大会の日本代表の活躍は想像出来ない。それが今回は優勝を目標に掲げ、グループステージを突破してブラジル代表をあと一步のところまで追い詰めた。優勝など無理な話とあざ笑う人もいるだろう、それでも果敢に挑戦し続ける日本代表応援し、優勝するその瞬間をこの目で見たい。

【 表 彰 】

<寒川町春季野球大会>

準優勝

軟式野球部

<市総体バレーボール大会>

第3位

男子バレーボール部

保護者の皆様、三者面談にご協力頂きありがとうございました。皆様のご理解・ご協力のおかげで夏休みを迎えることが出来ます。今後ともよろしくお願いします。

生徒の皆さん、全校集会で話したように、夏休みには「目標」や「計画」を立て、自分との約束を守るような挑戦をしてください。そしてなにより、9月1日（火）に元気な姿で再会できることを願っています。有意義な夏休みを過ごしてください、私も挑戦します！お互いががんばりましょう！