



志岐高便り 第189号

発行責任者
濱野 正義



携帯サイトへ

長崎県立志岐高等学校

長崎県志岐市郷ノ浦町片原88

[TEL]0920-47-0081

[HP] <http://www2.news.ed.jp/section/iki-h/>

巻頭言

「大谷翔平選手の目標達成シートとは？」

教頭 寺田 五男



7月20日に終了式を実施し、1学期を無事終えました。生徒の皆さんの頑張りと保護者の皆様のご理解とご協力により、コロナ禍で活動が制限される中でしたが、学習・部活動・学校行事など様々な面で大きな成果をあげています。これから8月にかけて、夏季授業、課外授業、校内学習合宿（3年）、スタディキャンプ（1・2年）、語学研修・歴史学巡検・発掘調査（東アジアコース）、オープンキャンパス、部活動の遠征など、多忙で変化に富んだ日々となります。生徒の皆さん一人ひとりにとって充実した夏、飛躍の夏になることを大いに期待しています。

MLBのロサンゼルス・エンゼルス所属の大谷翔平選手（27歳）は投手と野手の二刀流選手として大活躍しています。現在投手として4勝、野手としてホームラン35本を打っています。

さて、岩手県花巻東高校出身の大谷選手は高校1年次に、どのような目標を立てていたのでしょうか。それは「目標達成シート（マンダラチャート）」と呼ばれ、強い目標（夢）を中心に置き、周りにそれを達成するための目標を書き込んだものです。大谷選手が中心に書いた目標は、「8球団からドラフト1位指名」でした。その目標を達成するために必要な8つの要素を決めています。それは、体力づくり、人間性、メンタル、コントロール、キレ、スピード160キロ、変化球、運です。さらにそれらを達成するための具体的な目標をそれぞれ8つ決めています。例えば、「人間性」を達成するための要素を感性、愛される人間、計画性、感謝、継続力、信頼される人間、礼儀、思いやりの8つです。大谷選手は、目標達成シートを作成する際、なるべく具体的に、また少し高い目標を書き込むようにしたと話しています。このシートを使うメリットは目標が明確になる、これまで気づかなかった新しいアイデアを生み出せる、目標達成までの具体的なプロセスを可視化できるなどがあります。シート作成の注意点としては適切な目標を設定する、期限を設定する、まずはすべてのマスを埋めてみる、実行できるような意識するなどがあります。

この大谷選手の目標達成シートを参考に、皆さんもこの夏作成してみたいかがでしょうか。「目標達成シート」と検索するとテンプレートが入手できます。

体のケア	サプリメントを飲む	F5Q 96kg	インステップ改善	体幹強化	軸をぶらさない	角張をつける	上からボールをたく	リストの強化
柔軟性	体づくり	R5Q 130kg	リリースポイントの安定	コントロール	不安をなくす	力まない	キレ	下半身主導
スタミナ	可動域	食事夜7杯 朝3杯	下肢の強化	体を固めない	メンタルコントロールをする	ボールを前でリリース	回転数アップ	可動域
はっきりとした目標、目的を持つ	一意一塵しない	朝は冷静に心は熱く	体づくり	コントロール	キレ	軸でまわる	下肢の強化	体重増加
ピンチに強い	メンタル	雰囲気は壊されない	メンタル	ドラフト1 8球団	スピード 160km/h	体幹強化	スピード 160km/h	肩回りの強化
球をつくらない	勝利への執念	仲間を思いやる心	人間性	運	変化球	可動域	ライナーキャッチボール	ピッチングを増やす
感性	愛される人間	計画性	あいさつ	ゴミ拾い	邪魔そうじ	カウントボールを増やす	フォーク完成	スライダのキレ
思いやり	人間性	感謝	道具を大切に使う	運	審判さんへの感謝	速く劣悪のあるカーブ	変化球	左打者への決め球
礼儀	信頼される人間	継続力	プラス思考	応援される人間になる	本を読む	ストレートと同じフォームで投げる	ストライクからボールに投げるコントロール	真行きをイメージ

第 3 学 年 よ り

7月5日（月）から7月9日（金）の5日間にインターンシップが行われました。就職や専門学校への進学を志望する生徒に対して島内の11事業所の皆様にご協力をいただきました。参加した生徒は、社会人としての他者との接し方や、働く意義や重要性などについて経験を通して考える貴重な機会をいただきました。

保護者の皆様、先日の三者面談につきましては、お忙しい中お時間を作っていただき、ありがとうございました。お子様の進路実現には本人の強い意志と実行力に加え、保護者の皆様のサポートが大切な要素になります。日ごろの支援に改めて感謝申し上げます。

さて、8月2日（月）～7日（土）の午前にかけて校内学習合宿を実施させていただきます。夏本番を迎え、学力を大きく伸ばす機会になるよう準備してまいりますので、ご家庭でも家庭学習の充実を後押ししていただきますようお願いいたします。



↑インターンシップ
事前指導



↑一支国博物館でのインターン

第 2 学 年 よ り

1学期が終了しました。この時期は部活動や生徒会活動で3年生が引退し、2年生がリーダーを引き継ぐ代替わりの時期です。先日、学年集会で生徒会総務委員長や部長数名に所信表明をしてもらいました。簡単に依頼しただけでしたが、どの生徒も丁寧な話しぶりで意志が強く、自分達のやりたいことが明確な発表でした。まだ大きな大会を控えた部活動もありますが、2年生が表に立つ場面が増えます。後輩や仲間からの信頼と共に、積極的なリーダーシップを期待しています。

学習面では、昨年度と比べ、学習内容がより深化して難易度が上がってきています。昨年と同様に、模試や考査を控えた際には質問

QUESTで積極的な質問を促し、模試ではバーチャル入試と題して志望校可否の体験に再挑戦です。昨年以上の努力を期待します。

保護者の皆様、三者面談でのご来校ありがとうございました。これから暑さが一層厳しくなります。お子様の健康管理に留意していただき、夏休み明け元気な姿の生徒達に再会できますよう、ご支援お願いいたします。



校長室での
総務委員任命式

第 1 学 年 よ り

保護者の皆様におかれましては、文理選択説明及び進路講演会に引き続き、三者面談にお越しいただき誠に有難うございました。限られた時間の中でしたが、進路についてお一人ずつお話を伺い、貴重な機会となりました。今後は、夏休み期間等を通して、ご家庭で進学先・就職先等、具体的な調べ学習を継続していただければと思います。コロナ禍の中多くの大学等がオープンキャンパスを控えています。代替としてインターネット上で情報提供を行っている大学等も多いようです。実際に現地で見聞きはできませんが、多数の情報を自宅で得ることができるので積極的に活用してほしいと思います。生徒の皆さんが元気に登校する日常が戻ったことを嬉しく思うのも束の間、あっという間に1学期が終了しました。2学期へ向けて学習と部活動の両立を継続させることを期待しています。



高大連携の
進路学習

嵯岐高Topics!

野球部 大健闘!!

第103回全国高校野球長崎大会で野球部がベスト8に入りました。7月14日にはオンラインで全校応援を行い、学校全体が盛り上がりました。

全校応援の様子



推戴式にて
決意を述べる主将

▼高校生のあなたへ

「陽だまりの中で寝そべることに飽き飽きして
家の中から降りしきる雨を眺める毎日
若いお前にとって人生は長く
どんなに無駄に使ってもあり余るほどだ
だが ある日 お前は
十年があつという間に過ぎ去ったことに気づく
いつ走りだせばいいのか 誰も教えてはくれない
そうお前は 出発の合図を見逃したのだ
ーピンク・フロイド タイムより

あなたが今なんとなく過ごしている毎日が、「今しかないもの」とわかっていたなら、誰も後悔はしません。いえ、頭ではわかった気になっているから、そんな風に過ごしてしまうのだと思います。強く感じるのは10年後。でも、その10年の間に、時代は変わります。環境も、友人も、恋人との関係性だって変わるかもしれません。あなたは走り出すべきなのです。今すぐに、自分の心に炎を灯して。

8月行事予定

①1年 ②2年 ③3年

1	日	長崎外大研修(中②)(~8/6) 島外巡検(歴②)(~8/5)	
2	月	校内学習合宿③(~8/7)	
3	火		
4	水		
5	木		
6	金		
7	土	九国博物館*スタセッション(歴③)	
8	日	【山の日】	
9	月	【振替休日】 登校日(平和学習)	
10	火	【8/9代休】 学校閉庁期間(~15)	
11	水	閉庁日	
12	木	閉庁日	
13	金	閉庁日	
14	土	閉庁日	
15	日	閉庁日	
16	月		
17	火		
18	水	全統河合塾マーク模試③	
19	木	全統河合塾マーク模試③ 公務員検定③	
20	金	開始式 嵯岐高テスト①② コース宿泊体験	
21	土	嵯岐高テスト② コース体験入学	★
22	日		通
23	月	嵯岐高寺子屋① 海洋生物観察実習②理系(終日)	
24	火	海洋生物観察実習②理系(終日)	
25	水	体育祭・文化祭特別時間割(~9/10) 海洋生物観察実習②理系(午前)	
26	木	長県大移動OC	
27	金		S C
28	土		
29	日		通
30	月		SS W
31	火		S C

各分掌から

生徒支援部より

生徒の皆さんへ：慌ただしく過ぎた1学期でしたが、規則正しい生活を送ることができましたか。1学期は携帯電話・スマートフォンによる問題行動や校則違反がありました。LINEやSNS等を利用したものが多く、危機感を抱いているところです。全国的に、高校生が犯罪に巻き込まれ、命を落とす事例も増加しています。身近に迫る問題として危機感を抱いて欲しいと思います。

保護者の皆様へ：「中学生・高校生の夏季休業中における生活指導について」というプリントが各ご家庭に配付されているかと思います。また1学期終了式時に、生徒用に「夏季休業について」というプリントを配付しております。今一度お子様とともにご覧いただき、杵岐高生らしい生活を送ることができますよう、ご支援をお願いします。特に、情報機器端末の普及に伴うトラブルが増加しております。LINEやSNS等の利用に関するマナーの向上、他者とのコミュニケーション能力の向上の必要性について、お子様とご確認ください。

どんなに時代が変わっても、子ども達の若さ故の未熟な言動や行動には、周囲の大人の支援や指導が絶対に必要です。ご家庭でも揺るぎないご対応をお願いします。

進路支援部より

7月3日（土）に1・2年生を対象とした、長崎大学と長崎純心大学の先生方による出前講座が行われました。生徒たちは普段、学校ではあまり聞くことができない専門分野の話に真剣に耳を傾けていました。ぜひ、この貴重な体験を今後の進路選択に活かしてもらいたいと思います。以下に、生徒の感想を少し紹介します。「1年生の私にとっては、とても貴重な体験でした。過まぎについて初めて知ったことがたくさんあり、とても興味深かったです。進路決定に活かしたいと思います。」（工学部・男子）「保護貿易と自由貿易の違いやそれぞれのメリット・デメリットを知ることができました。より詳しく経済について知りたいと思いました。」（経済学部・女子）

3年生においては、7月5日（月）から7月9日（金）の期間で、3年3、4、5組の就職・専門学校希望者計11名のインターンシップが島内11の事業所にて行われました。この貴重な体験を今後の進路に活かしてほしいと思います。



東アジア歴史・中国語 コース

【第2回コース交流会を実施しました】

昨年は新型コロナウイルス感染拡大が広がる中、中止となりましたが、今年は7月16日（金）に生徒のみで実施することができました。今回は初の試みで杵岐市に予算の支援を頂き、辰の島での交流を行いました。勝本漁協様のご厚意で辰の島に渡るだけではなくクルージングまでして頂き、交流会の目玉だったスイカ割のスイカは生産者の方に大きなスイカをサービスして頂くなど、地域の皆様に支えられながら、この杵岐島でしかできない体験を通し、学年の垣根を越えて親睦を深め、大盛況で終えることができました。これから東アジアコースの特色ある夏の取組や3年生の進路実現に向けてコース一丸となって取り組んでいきたいと思います。

