



不羈卓犖

令和3年 9月30日(木)
北海道倶知安高等学校
校訓「進取・創造・自律」

「不羈卓犖」とは校歌にある一節で、倶高の伝統的精神 - 偏見や古い考えに束縛されず、自由に学び、抜き出て優れていること - を表してい

心の持ち方

学校長 西川 勤

今回は、以前に講演会で聞いて心に残っている、元気・活気・勇気をもらえる話を皆さんに2つ紹介します。

1つは、**ポジティブストローク**という人との接し方です。これは言い換えると、目の前の人にプラスの印象を与える接し方であり、事実を受け入れる際に、「捉え方変換」「してほしい変換」をし、やる気・出来る気・その気にさせる接し方です。

例：①「捉え方変換」＝事実の捉え方を別の表現で

※「難しい→やり甲斐がある」

②「してほしい変換」＝してほしいことをそのままイメージできる言葉を使う

(プラス思考、否定語を用いない)

※「ミスするな→思い切ってやれ」「負けず嫌い→勝ち好き」

もう一つは、専門用語で**セルフパップ(チア)トーク**という、自分に対して語りかける肯定的な宣言の言葉です。

自分に対して、意識的に良い言葉を選んで言い続けることで、意識や心の在り方が変化するというものです。自分はこんな人間だという思い込みによる自己イメージではなく、プラスの言葉が考え方を換え、なりたい自分の実現につながるということです。

例：もう無理だと決めた瞬間にすべてが終わる。まだやれると決めた瞬間にすべては始まる。終わりの始まりも決めるのはすべて自分

目標を立てた時や人の背中を押してあげたい時、その実現の為にこの2つのことを意識してみると、皆さんもきっと元気・活気・勇気をもらえるのではないかと思います。

最後に、ドラえもん最終回での45年後ののび太からのび太へのメッセージを皆さんにも送り結びとします。「一つだけ教えておこう。君はこれから何度でもつまづく。でも、そのたびに立ち直る強さも持っているんだよ。」

各年次より

1年次主任 南 佳織

4月の入学式から約半年、様々な行事を経て高校生活にもすっかり慣れたようです。学校祭をはじめ様々な場面で、周囲と協力して前向きに取り組む姿が見られました。学校生活の中でも制限が続いていますが、「したいこと」「できること」「しなければいけないこと」を考えて取り組むことで、より充実した生活になるはずです。後期には学習内容も難しくなります。5年後に何をしたいのかを意識して努力を続けていってほしいと思います。

2年次主任 石川 雄介

高校生活もいよいよ折り返し地点に来ました。2年次生として、部活動や生徒会活動などあらゆる場面で活躍が求められます。リーダーとして学校を牽引していく意識を持って学校生活を送ることを期待しています。また、入学当初より言ってきたところではありますが、ここから先は進路の終盤戦です。意識を徐々に進路モードに切り替えていきましょう。見学旅行が終わったタイミングでスタートが切れるように、学習習慣を身に付けてほしいと思います。

3年次主任 七島 貴

昨年度に引き続きコロナ禍により学校行事や部活動が制限されましたが、部活動では最後の大会を迎えることができ、学校祭も日程変更はありましたが、何とか実施することができました。3年生の皆さんにも良い思い出になったと思います。さて、前期が終わります。言うまでもなく3年生は進路実現のための山場を迎えます。何とか自分の力を最大限発揮し、第一志望を勝ち取って、新たな人生のステップを踏んで欲しいと思います。ラストスパートです。頑張りましょう。

前期の主な行事



4月



8日 着任式・始業式・入学式
9日 対面式・部局オリエンテーション
28日 PTA 総会
30日 生徒集会



5月



7日 高体連支部壮行会
14日 2年進路保護者説明会
21日 3年進路保護者説明会
28日 1年進路保護者説明会



6月



1日～4日 中間考査
4日 高体連全道壮行会
15日 2年ビジネスマナー講座
22日 3年労働法規講話



7月



9日～10日 倶高祭
15日 中学生向け学校見学会
20日 地元企業の魅力発見フェア
22日～ 夏季休業・夏季講習



8月



3日 夏季講習 3
3日4日 2年インターンシップ
17日 全校集会・休業明けテスト
24日 推薦入試ガイダンス



9月



3日 避難訓練
7日～10日 前期期末考査
10日 生徒会立会演説会
17日 思春期教室2年



後期もよろしくお願いします