



## 「個人面談」終わる

毎日暑い日が続いています。北海道でも40℃に迫る猛暑日が続いているということで、ちょっと異常な感じを受けています。そんな中、保護者の皆様におかれましては、お時間の都合をつけ、学校まで足をお運びいただき、大変感謝しています。一人15分という短い時間でしたので十分ではなかったかもしれませんが、可能な限り1学期のお子様の様子をお話しすることができました。また、御家庭での様子等もうかがうことができ、2学期からの指導の参考となることもありました。



言うまでもなく、子供たちの基本的な生活習慣、豊かな心、倫理観、社会的なマナー等の基盤を育むためには、学校と家庭とが子育てや教育について理解を深め合い、一体となって取組を進めていくことが重要です。また、学校や家庭・地域がそれぞれの役割と責任を自覚しつつ、大人総がかりで子供たちを育てていくことが肝要です。今後も保護者の皆様と協力して教育活動を進めてまいります。よろしくお願いします。

## 河村勇輝選手に学ぶ

河村勇輝：日本のプロバスケットボール選手  
NBAのシカゴ・ブルズにツーウェイ契約で所属

まもなく「FIBAアジアカップ2025」が開催されようとしています。今回、河村選手は代表メンバーには入っていませんが、前回大会（2022）における準優勝の立役者といわれる選手です。

河村選手に限らず、トップで活躍する人（スポーツ界だけでなく）たちに共通することは、「明確な目標（目的）をもつ」とことと「努力の積み重ね」ではないかと思います。河村選手の言葉に次のようなものがあります。



「自分との約束を守りたい」「やり切ったと思える毎日を過ごしたい」

この言葉から分かるように、「一度自分が決めたルールや約束は、どんなことをしても絶対に破らない。」ということ自分の美学として持ち続けていて、毎日欠かさずシュート練習を続けたり、毎日やってきたことをノートに書きためたりしてきたそうです。ここでもう一つのポイントである「続けることの大切さ」も持ちあわせていたことで、今の活躍があり、成功への道のりを歩み続けることができているのだと感じました。

ある作家は、「したい人10000人、始める人100人、続ける人1人」という言葉を自身のブログで繰り返し述べています。習慣や目標に向かう行動を「実行したい」と思う人はたくさんいるかもしれませんが、実際にやる人はほとんどいません。ましてや、続けられる人はほとんどいないかもしれません。

そこで、子供たちに、残り1か月の夏休みの過ごし方を考えさせてみてはどうでしょうか。それほど大きな目標でなくてもいいと思います。まずは、

### ①どんなことでもいいので、自分がやることを自分で決める（自分との約束）。

※具体的な数値目標（回数や時間など）があるとよいでしょう。「何をしたい?」と一緒に考えても良いと思います。

### ②決めたことを毎日続ける（自分との約束を守る。）。

これをやり通すことができる夏休みであれば、確実に“力”はアップするはずです。

ここで大切なのは、親がすべてを管理することではなく、子供自身が「どう過ごしたいか」「何をしたいか」を考えることです。「やらされる」のではなく「自分で選ぶ」体験は、子供の主体性や自立心を育む良い機会にもなります。家庭でのサポートは“答えを出す”より“問いを投げる”。子供に「こうしたほうがいいよ。」とつい口を出したくなる場面は多いものですが、夏休みのような自由度の高い期間こそ、親が“答えを与える”のではなく、“問いを投げかける”姿勢が効果的です。問いかけは、自分で考えるきっかけを与えるだけでなく、自律心や責任感も育てていきます。