



# 町田二小だより

2026年1月30日

町田市立町田第二小学校

校長 ト部 敦彦

NO. 10

## 加点方式

校長 ト部 敦彦

「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」と言われるように、時の流れは本当に早いものです。2026年が始まったと思ったら、あっという間に2月を迎えます。2月3日（火）は節分、翌4日（水）は立春です。暦の上では春となり、少しずつ季節の変化を感じる頃となりました。

本校の登校日数も、残り33日（5年生は34日）となりました。この2月と3月は、進級・進学に向けてのまとめと準備の期間です。今年度、皆さんは自分の成長をどれだけ感じられたでしょうか。残りの2か月間、自分の歩みを振り返りながら、さらに成長を実感できる時間にしてほしいと思います。

「何ができるようになっただろう」「節目ごとに立てた目標はどれくらい達成できただろう」ぜひ、立ち止まって考えてみてください。

メジャーリーグで活躍する大谷翔平選手は、高校1年生の頃から目標達成シートを活用し、夢の実現に向けて努力を続けてきたことがよく知られています。2025年のナショナル・リーグチャンピオンシップシリーズ第4戦で活躍した際には、「今シーズンは“すごく良い感覚”という打席は少なかった」と語っています。また、「良いアプローチが必ずしもヒットになるわけではない。崩されても結果が出る時もある。屋外での打撃練習も、そうした感覚を確かめたかった」と、日々の積み重ねを大切にする姿勢を示しています。

『『できない』を『できる』に変える 大谷翔平の思考法』（児玉光雄）のレビューでは、大谷選手の活躍は「特別な才能ではなく、目標をもち、諦めずに努力を続ける姿勢から生まれる」と述べられています。しかし、多くの人にとっては、その“目標をもち続けること”や“努力を続けること”こそが、すでに大きな挑戦に感じられるものです。

プロ囲碁棋士の一力遼さんは、「自分の力を引き出すセルフマネジメント」についての記事の中で、力を発揮できないときに行う9つの方法を紹介しています。私が特に心に残ったのは、「完璧にできない自分を認めてあげる」という言葉でした。

完璧を求めると、できなかったときに「どうしてできないんだ」と自分を責めてしまいがちです。100点か0点かの極端な考え方になり、これまでの努力さえ見えなくなってしまうことがあります。一力さんは、「物事を100点満点で考え、そこから減点方式にすると、マイナス面ばかりが目につき、自己嫌悪に陥ってしまう。完璧にこなせる人間はいないと割り切り、できたことを加点方式で考えることが、自己肯定感を高めることにつながる」と述べています。

100点から減点していけば、いずれ点数はなくなってしまいます。しかし、小さな“できた”を積み重ねていけば、いつか大きな成果につながります。「これもできなかった」「あれもできなかった」と嘆くより、「これができた」「あれもできた」と、小さなできたを探していく方が、心はずっと豊かになります。

「塵も積もれば山となる」と昔から言われています。残り2か月、今年度にできたこと、よかったことを一つ一つ積み上げていってください。きっと大きな成果が見えてくるはずです。

参考・引用：PHPonline「『できない』を『できる』に変える 大谷翔平の思考法」 児玉光雄 著

### おしらせ

#### ・保護者会について

今年度最後の保護者会を下記の日時で行います。ご多忙とは存じますが、ぜひご出席くださいますようお願い申し上げます。

○1年生：2月24日（火）教室/14:30

○5年生：2月26日（木）教室/15:00

○2年生：2月24日（火）教室/14:40

○6年生：2月27日（金）教室/5校時（13:35-14:20）ありがとうの会后14:40

○3年生：2月26日（木）教室/15:00

○若竹学級：3月3日（火）教室/14:45

○4年生：2月26日（木）教室/5校時（13:35-14:20）10才を祝う会后14:30



2月の主な予定 ～2月の生活目標～ 【 きまりを守り 落ち着いて 学習しよう 】

日	曜日	モジュール	行事予定	時程					
				1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	日								
2	月		委員会 放課後英語教室 プチクレイシユ保育園との交流(5)	5	5	5	5	6	6
3	火	○		5	5	6	6	6	6
4	水		午前授業	4	4	4	4	4	4
5	木	○	B時程 安全指導 サッカー教室(3~6)1~4h なごみ第二保育園との交流(5)	B5	B5	B6	B6	B6	B6
6	金		午前授業(2)	4	4	5	6	6	6
7	土								
8	日								
9	月			5	5	5	5	5	5
10	火	○	B 時程	B5	B5	B6	B6	B6	B6
11	水		建国記念の日						
12	木	○		5	5	6	6	6	6
13	金		町一小ひまわり学級との交流(若 5・6)5・6h体育館	4	5	5	6	6	6
14	土								
15	日								
16	月		クラブ 放課後英語教室	5	5	5	6	6	6
17	火	○	町二中オープンスクール(6)	5	5	6	6	6	6
18	水		午前授業	4	4	4	4	4	4
19	木	○	なかよし班遊び	5	5	6	6	6	6
20	金		音楽朝会(3 年発表)	4	5	5	6	6	6
21	土								
22	日								
23	月		天皇誕生日						
24	火	○	保護者会(1・2)	5	5	6	6	6	6
25	水		午前授業 6 年生を送る会	4	4	4	4	4	4
26	木	○	保護者会(3・4・5) 5h 授業(3・4・5) 10 才を祝う会(4)5h体育館	5	5	5	5	5	6
27	金		保護者会(6) 5h 授業(6) ありがとうの会(6)5h体育館	4	5	5	6	6	5
28	土								

※2 月中に予告なしの避難訓練があります