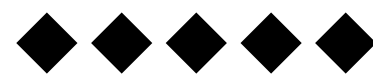


Boston Monthly



発行日：令和2年 9月15日 ポストンマンスリー 宮の森校 10月号

発行者：坂井 浩

9・10月の日程

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
9/20★	21★ 敬老の日休講	22★ 秋分の日休講	23	24	25	26
27	28	29	30	10/1★ 秋期休講日	2★ 秋期休講日	3★ 秋期休講日
4★	5	6	7	8	9	10
11★	12	13	14	15 中3学力テスト	16	17
18★	19	20	21	22	23	24
25★	26	27	28	29	30	31 漢字検定

漢字検定のご案内

10月31日(土)に漢字検定を行います。申し込み締め切りは9月29日(火)です。

受検希望者は「漢字検定のご案内」の申込用紙に検定料を添えて、ご提出ください。

10月度の日程と費用について

【9・10月度の授業】

9月21日(月)敬老の日、9月22日(火)秋分の日
は休講です。

10月1日(木)～3(土)は回数調整により秋期休講
日とさせていただきます。

【10月度の月謝と後期教材費について】

ご案内の通り10月は後期教材費の納入もお願い
する月です。お月謝と合わせて大きい金額にな
りますが、よろしくお願いいたします。

●銀行・郵便局口座引落の方

9月30日(水)にご指定の口座より自動引落させ
て頂きます。

●郵便局の払込取扱票でご納入の方

10月5日(月)までにご納入をお願いします。

ポストンより一言

旭ヶ丘校 館山 敦史

【自己管理について】

国内で新型コロナウイルスの感染者が出てから早 6 か月、各ご
家庭でも感染拡大防止のために様々な努力と我慢をされていると
思います、一日も早く感染が終息し、平穏な日が訪れるのを望む
ばかりです。

例年ならほとんどの中3生が部活を引退し、学テAの結果を見
ながら「さあ、頑張るぞ」と気合を入れている頃でしょうか。受
験生に限らず夏期、冬期の講習や定期テスト、総合試験などをき
っかけに気合を入れなおす生徒は多いと思います。かくいう私も、
ことあるごとに大きな目標を打ち立てるのですが、達成できたこ
とはあまり多くありません、恥ずかしながら、私はかなり意思が
弱い大人だと思います。

自分で決めたことを決めた通りに全うできる生徒はごく一部い
るようで本当に尊敬します、私にはない能力なので羨ましいとす
ら思います。しかし大部分の生徒については私と同様、思い描い
たとおりに物事を進められないのがほとんどではないでしょうか。
勉強しなければいけないのはわかっているのにゲームをやっ
てしまふ、漫画を読んでしまふ、寝てしまふ……。きつとうま
いかない方が普通なのでしょう。

私もかなり悩んだ時期もありましたが最近ようやくコントロール
ができるようになってきたような気がします、試行錯誤して一
つ気が付いたのは「自分を過信しない事」です。

自分で目標を立てるとき、同時に「このまま始めても多分続か
ない」と考えるようにしています。そうすると意志が弱い自分を
コントロールするために、様々な工夫をするようになります。2 年
前の話ですがTOEIC（社会人向けの英語のテスト）を受検し
ようと思いついた時、無謀と知りながらもその日のうちにまず一
か月後のテストの申し込みを済ませ、カレンダーに実施日を書き
込み、目標点を妻に宣言し、テキストをまとめ買いしました、た
だ何となく始めても続かないのでまず自分が逃げられない環境を
作ったのです。十分な対策ができず 1 回目は恥ずかしい点数を取
ってしまいましたが、その後継続して 3 回受検し、点数を 200 点
上げることができました。なんとなく決めただけでは、自分は受
検すらしなかったかもしれません。

大切なのは意志が強いことよりも(これももちろん大切です)、自
分の意志の弱さを知っていることだと思います。ただ決意した
だけでは続かないことを知っていれば、事前に様々な工夫をして続
けやすい環境を作ることができるのです。自分の意志が強くない
と知ったうえで、それをコントロールする事こそが、自己管理能
力なのだと思います。

これからさらに気合を入れて頑張ろうとしている皆さん、新た
な目標・決意に加えて何か一つ「頑張りを続けるための工夫」を考
えてみてはどうでしょうか。