



Stella



大阪府教育センター附属高等学校 校長通信 No.10 令和8年1月発行

今日の始業式でもお話しましたが、私は昨年の4月から自分の気持ちをノートに書くようにしています。「嬉しい一言をもらえたこと」「なんでやろう？と思ったこと」「明日、頑張りたいと思うこと」などなど。その他にも、「あっ、これ、校長通信のネタになるかも…」とか、「これ、絶対に明日すること！」など、要するに、「何を書く」って決めていない、「何でも書いてよい」ノートです。

実は、万能の天才であるレオナルド・ダ・ヴィンチや発明王エジソンもメモ魔だったとのこと。人間は何もしていないときも無意識で考えているらしく、たまに意識に出てきたときに、「思いついた！」となる。脳は負担を軽減するために、思いついたことを記憶からすぐに消し去ろうとするので、思いついた瞬間にメモしておかないと、記憶の彼方に飛んで行ってしまいうらいです。

メモを取ることのメリットはたくさんあって、まず、「言語化」する習慣が付きます。最近流行りの「言語化」という言葉ですが、言語化することで、**物事を漠然と見るのではなく、きちんと把握しようとする**ことにつながります。これだけでもありがたいことですが、さらに**自分の考えの変化を「成長」として客観的に見る**こともできるようになります。

みなさんはすでに素晴らしく使い勝手のよい「生徒手帳」を持っています。今年の目標がまだ決まっていないという人は、まずは「一日一言メモ」ことから始めてみませんか。

最後に「私の本棚」紹介です。

今回は話の流れ的に、「言葉」について考える本がよいかなと思って、この本を再読しました。映画化もドラマ化もされていましたね。



～ 私の本棚 ～

本と向き合った時間・記録はあなただけの大切な財産です。

1冊1冊との出逢いを大切にしましょう。

冊数	出逢った日	本のタイトル	著者
10	12/24	舟を編む	三浦しをん
		感じたこと・考えたこと・覚えていたいこと	
		まず、タイトルがオシャレ （「辞書は言葉の海を渡る舟 編集者はその舟を編んでいく」という意味から付けられたとのこと） 言葉の海は広く深い その海を渡るために、読書をして力をつけたいと思う	