

謹賀新年

皆様にとって今年もよい年でありますよう
お祈りいたします。

子どもたちの笑顔のために、皆さまと力を
合わせてがんばります。ご協力よろしくお願
い致します。



ニュージャージー補習授業校 教職員一同

今年も「和」の心で

< 昨年の漢字 >

清水寺貫主の揮毫
により発表される
昨年（2015）の漢字
は「安」でした。

今年はどうような
漢字が選ばれるのでしょうか。



< 今年も「和」の心で >

今年、日本国内では5月に伊勢志摩サミット（先
進国首脳会議）、7月に参議院選挙（初の18歳以上選挙権）。
世界では、8月・9月にリオネデジャネイロオリ
ンピック・パラリンピック、11月に米国大統領
選挙があります。いずれの行事も無事に終え、平
和な1年となりますことを祈りたいと思います。

ニュージャージー補習授業校においても、「和」
の気持ちをもって、教職員が保護者の皆さまと手
を取り合って子どもたちの健やかな成長のために
努力を続けていきたいと思ひます。

1年の計は元旦にあり

新しい年を迎え、今年目標を立てた方も多
いのではないのでしょうか。

古来「1年の計は元旦にあり」と言われ、元旦
は年を区切る大切な節目の日です。その日に目標
を立てることは大変意義のあることであり、それ
は今も変わることがありません

< 節目は「句読点」 >

節目は、文章で言えば「句読点」に似ています。
読点「、」は語句や文節を明確にする目的で用い、
句点「。」は文章の区切りに用いますが、もし文章
に「句読点」がなければ、読みづらくだらだら
と間延びした文章になってしまうことでしょう。

私たちの生活も同じです。もし、1日、1週間、
1ヶ月、1年という節目がなかったら、反省する
ことも新たな目標を立てることもなく、進歩も成
長も望むことができなくなることでしょう。

< 「五郎丸ポーズ」の秘密 >

さて、立てた目標はどのよう
に実行に移したらよいのでしょ
か。そのヒントが昨年一躍有名
となった「五郎丸ポーズ」にあ
ります。



あのポーズは、五郎丸選手が長年試行錯誤を重
ねた末に辿り着いた型（ルーティン）です。キックの
前にあのポーズをとることで精神統一がなされ、
正確なキックにつながっているのです。目標達成
についても、自分の成功する型を作ることをお勧
めします。例えば、毎日目標を読み上げる。机や
壁などに貼って見る。目標に向けたスモールステ
ップを月ごとに設定し、達成したら塗りつぶして
いく等々。もちろん途中の見直しもお忘れなく。

さあ、今年も目標に向かって元気いっぱい、夢
いっぱい！一緒に歩んでいきましょう。