

今年も暑い夏でした。いつもであれば長い夏休みに生活が乱れてしまう人と、計画通りに過ごせた人とで大きな力の差が開く危険な季節なのですが、今年はそれほどでもなさそうです。それは逆に言えば、頑張っても上位を追い越して成績を上げにくいということでもあります。さあ一年の後半戦！気を抜くことなく人一倍の努力をして、実力を高めていきましょう。己に厳しく！自分に勝たなければ周りに勝つことはできませんよ。

## ☆9月の予定☆

9/5（土）：夏特訓終了

9/7（月）～：通常授業開始

9/10（木）～16（水）：塾内テスト

小学生は漢字、中学生は英単語の100題テストを行います。配布した範囲表でしっかり練習して満点を目指しましょう

9/21（月）～26（土）：休塾

9/13（日）：中2 全国模試（予定）

9/20（日）：中3 全国模試（予定）

## 二学期がスタート

2学期の初めには実力テストがあります。夏の成果を発揮しましょう。また塾では漢字・英単語のテストを行いますので、しっかり練習して良い成績を残しましょう。中2・中3クラスは9月の日曜日を使って、全国模試に参加します。志望校判定が試験結果に出ますので、今の実力を見極め、今後の学習計画に活かしましょう。

## ★今村先生のつぶやき★

人間は結果を求める生き物です。ゴールのない仕事、先が見えない未来は辛く、不安なものです。子どもたちもテストや受験という終点があるから頑張れるので、目標もなく「とりあえず勉強しなさい」と言っても絶対に頑張ることはできないでしょう。今年は春も夏もこの秋も、旅行はおろか近くに外出するのも自粛する風潮が、いつ終わるか分からないまま続いています。ゴールも見えずにただ耐えるばかりだと、目標を見失い、ストレスが溜まり、精神的にまいってしまいますね。今回は自分を含めた大人の方たちに向けた話題となります。

アメリカの研究チームによると「自分は何の為に生きているのか？どんな目標を持っているのか？」が健康的に生きていく上で大変重要だということがわかったそうです。「自分は何のために生きているかわからない」と答えた人は、あらゆる原因で死亡率が23%アップし、心疾患のリスクが19%高まると報告しています。必ずしも目標のある人間が病気になるわけではないのですが、生きる上における社会的目標や楽観主義は精神的にも病気に対する強い抵抗力になるようです。まあ難しい研究を抜きに考えたとしても、人生に目標を持っている人間は明るく、前向きで若々しいし、逆に目標を持っていない人間は愚痴が多くなり、他人の誹謗中傷に一生懸命になりますね。そんな精神状態では健康になることはやはり難しいでしょう。健康的な人生を送りたいと考えるとき、食生活や環境を変えていくことは大変重要ですが、何より健康的に生きて自分は何をするのか？その目標設定をすることが、この困難な世の中を元気に乗り越えていく強い助けになるのではないのでしょうか。

あなたは自分の人生で何を成すのか？今は子どもの成長を見守ることが第一だとしても、その先に自分自身が頑張れる未来への道筋を、少し考えてみるのもいいかもしれませんね。