



明けましておめでとうございます。新しい年が始まりました。3学期は短い期間ですが1年間のまとめの学期です。日々の積み重ねを大切にしながら、3年生へ向けて邁進していきましょう。

先生方の新年の抱負とメッセージ

〇〇〇〇先生

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。

※以下 2026 おみくじより

吉

あなたの本意が通じ、これまで難しかった問題も解決に向かいます。
想いが強いほど成就に近づきます。

○学問:努力しただけ力になる。

○3学期の授業の範囲に、これまで教えたことがない単元があるので、まずは自分自身でしっかり学習したい。

○病氣:気になる箇所は早めに医師に診せろ。

○体重および体脂肪は年々増加傾向にある。
冬休みにもかなり摂取してしまったため、もう少し減らす。

○恋愛:良い人はすでに近くにいる。

○まあ、既婚者ですし。

○商売:今は苦しくとも、機を待てば流れが来る。

○これはありがたいお言葉。

○願望:多く望まなければ叶う。

○一生懸命頑張る過程を、喜びとして感じられる人物・集団になって欲しいな、と思います。皆さんのこれからは、幸あらんことを。

〇〇〇〇先生

あけましておめでとうございます!!学年集会で僕が進路指導の話をしてから2週間が経過しました。あのとき、「とにかく何かを始めよう!!」と伝えましたが、何か始めましたか?まだ始めてない人でも「何をするか」は決めましたか?あれからすでに半月も経過したわけで、何もしていないとあつという間に3年生になっちゃいます。ベネッセの統計では、2年の11月模試から2月模試で成績が上がった人の方が、下がった人よりも共通テストの得点が平均で1割から1.5割高かったそうです。このことから早いスタートが大切なことがわかりますね。まだ、何をするか決めていない人は、僕と一緒にターゲットの単語を1日最低20個ずつ覚えて、Section15(1500個)を3月までに終わらせよう!!



〇〇〇〇先生

あけましておめでとうございます。新しい1年が始まりました。みなさんは、どんな「はじまり」を思い描いていますか。

英語では New Year's resolution(新年の抱負)と言いますが、抱負は「大きな目標」でなくてもかまいません。「去年より少し前に進む」「今できることを続けてみる」。そんな小さな決意が大きな意味を持つこともあります。

今年は、思い通りにいかないことと向き合う場面が増える一年です。「今日のテストはいける気しない」と思いながら意気揚々と自転車をこいだのはいいもののテスト用紙を見た瞬間絶望する。昨日まで覚えていたはずのものが信号待ちの間で全部風に飛ばされる現象、たぶん全国共通です。結果がすぐに出なかったり、選択に迷ったりすることもあると思います。でも、その中で「どう考え、どう行動するか」が、進路だけでなく、その先の自分をつくっていきます。

英語の学習も同じです。分からない文に出会ったとき、すぐに答えを見るか、「とりあえず主語と動詞を探るか」と粘るか。その一瞬の選択が地味に未来を分けます。派手さはないけど、効きます。

最後に一つ言葉を紹介します。大学でドイツ・オーストリア文学について学んだ時に会った言葉です。

“When we are no longer able to change a situation, we are challenged to change ourselves.”

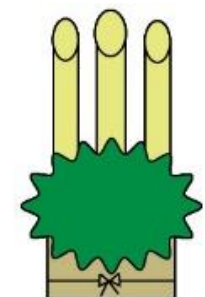
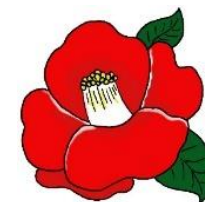
(状況を変えられないとき、人は自分を変えることを求められる)

— 『Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager(夜と霧)』by Viktor Frankl

何かに悩んだら視点を変えて考えてみる。「人生に何を期待するか」ではなく、「人生が自分に何を期待しているか」 — この一年が、自分を少しでも強くする時間になることを願っています。

〇〇〇〇先生

あけましておめでとうございます。昨年末フットサルしたら、地面を蹴ってしまい右足親指痛めました。地球には勝てなかった吉次です。今年は3年生になる年。すべてのことに「最後の」が付きます。最後というと噛みしめて過ごしたい気もしますが、実は3年生の1年間が一番早く過ぎ去ります。年を取るたびに1年って早く過ぎるらしいので。ボーっと生きてんじゃねーよ!!ってチョコちゃんに叱られますよ。っと忘れちゃいけない、その前に2年生の一大イベント“修学旅行”があります。ゲレンデに心を奪われすぎないよう、雪の写真でも見て目を慣らしておいてください。あと、ゲレンデマジックは、あります。私をスキーに連れてって。さーて、今年の吉次の抱負は、「筋肉痛はほどほどに」「1人でも多く笑わせたい」「やらない後悔よりやって大成功」の3本です。それでは今年もよろしくお願いします。じゃんけんポン。ウフフフ。



〇〇〇〇先生

新しい年を迎えました。高校生活もいよいよ折り返しを過ぎ、皆さん一人ひとりが「次」を意識する時期に入ります。3年生としての姿が、少しずつ求められる一年です。勉強、部活動、行事、人間関係——どれも簡単ではありませんが、自分なりの目標をもって向き合ってほしいと思います(ここまでチャット GPT より)。

AI がどんどん発達して尋ねたら何でも答えてくれる。ただ、生身の人間として人と人が関わって社会の中で生きていくとき、目の前の相手に対して、つねに自分自身が問われる。自分は何ができるのか。まず心身の状態がよくないと、相手と向き合うことができない。健康に過ごし、持続可能に行動できるようにする。それと関連して、最近、年齢が上がるにつれて体力・筋力が落ちているのを実感する。正直、日々、疲労が溜まる、息が上がる。よって、有酸素運動と筋トレで、体力・筋力をキープする。そのうえで、成長を求める今までの自分は変わらず、ただ一方で、状況に応じて新しいものを取り入れて今までの自分を変えていく。「変わらないまま変わる」[サカナクション・山ロー郎]を目指す(現実的に、結婚生活を持続可能に維持するために自分を変えないと・・・)。皆さんも 2026 年、健康・体力・筋力をキープして持続可能で行動し、自分を変えるところは変えていこう!!



〇〇〇〇先生



新年あけましておめでとうございます。私の今年の抱負を漢字一字で表すと「改」です。つつい大好きなスナック菓子をむさぼっている食習慣、疲れがたまると、ついダラダラと過ごす休日の生活習慣、そしてとてもと全くない運動習慣。メリハリのない中年への道をまっしぐらに進んでいる気がしてなくなりました。「変わらないまま終わる そんなのは嫌だ!」ということで「改」を選びました。適度な運動は脳を活性化すると言いますし、スクワットから始めようか…。

12月に「私の今年の漢字は『改』です」と言えるようにします。2026年、お互いに初志貫徹できるように頑張りましょう!

〇〇〇〇先生

Happy New Year!!

2026 年がスタートしました。「1年の計は元旦にあり」という言葉がありますが、皆さんは今年の目標は立てましたか?今年は3年生になる年です。卒業後の進路実現に向けて様々なことに「頑張って、頑張って、頑張って、頑張って、頑張りまくる」年になると思います。

私も皆さんに「頑張れ」と言う立場である以上、自分自身も今年は英語の民間試験を定期的に受検し、英語力を落とさず高めていきたいと思います。そしてそれを還元できるように頑張ります!

さて、このような文章ではあるあるですが、私の好きな言葉の1つを送ります。

「やってやれないことはない。やらずにできるわけがない。」

何かをする前から諦めるのではなく、まずはトライすることが大切です。自分自身で限界を決めず、この1年を悔いなく過ごしてください。私も皆さんの進路実現に向けてサポートをしていきます。

「正解は1年後」という番組がありますが、皆さんもこの1年の目標を設定し、それが達成できたか1年後に答え合わせをしてみましょう!たとえ不正解だったとしてもそこまで努力してきた過程が大切ですし、これから正解にしていけば大丈夫。

まとまりのない文章になりましたが、恐れず、果敢に2026年を過ごしましょう!

〇〇〇〇先生

あけましておめでとうございます。今年は(も?)、体調管理に気をつけて、より健康に留意していきたいと思います。去年は 10 数年ぶりにインフルエンザにかかってしまい、少しだけでしたが、つらい思いをしました。元気でいることは、日々の生活を送るうえでとても大切なことだと、改めて実感した次第です。みなさんにとって、この3学期は高校3年生0学期とも言われる大事な時期に入り、より明確な目標を立て、更には、その先の進路実現に向けて進んでいくことになると思います。しかし、どれだけ立派な目標があって進路実現に邁進していても、体調を崩してしまっては力を発揮することができません。みなさんも自分の体調管理をしっかりとしながら、学校生活を送ってほしいと思います。また、みなさんと元気に過ごせる日々を楽しみたいと思っています。今年もよろしくお願いします。

〇〇〇〇先生

明けましておめでとうございます。

私の今年の抱負はズバリ「晴れ」です。「こんな抱負ちゃうやん。天候やん。」とか「球技大会5回連続雨やったからなあ。」とか思った人もいますね。確かに行事では「晴れ」てほしい。でも、46回生はどんな天気でもそれをものともせず前向きに頑張り、楽しむ姿を見せてくれました。今年は皆さんにとって進路を決めていく大切な年です。私も皆さんの進路を「晴れ」にするよう、全力で支えていきたいと思っています。

46回生が毎日心晴れやかに過ごせますように。

今後の予定

1 月	8 日	(木)	始業式・大掃除・課題考査・引率者会議
1 月	9 日	(金)	課題考査(数学) 平常授業開始(2~6限)
1 月	16 日	(金)	震災追悼行事
1 月	17 日	(土)	修学旅行結団式
1 月	18 日	(日)	修学旅行(~21日)
1 月	22 日	(木)	代休(~23日)
2 月	7 日	(土)	大学入学共通テスト模試
2 月	8 日	(日)	大学入学共通テスト模試
2 月	13 日	(金)	生徒休業日
2 月	16 日	(月)	特色選抜(生徒休業日)
2 月	19 日	(木)	学年末考査(~26日)
2 月	20 日	(金)	式場設営・大掃除
2 月	26 日	(木)	卒業式予行・表彰式等
2 月	27 日	(金)	卒業証書授与式

