



# 二小だより

江戸川区立二之江第二小学校  
令和6年6月28日 7月号  
校長 杉山 勇

## 100回の積み重ねで突破する!

副校長 難波由起子

「二刀流」と言えば、打者と投手の両方で活躍をする、アメリカ大リーグの野球選手、大谷翔平さんをイメージする方は多いでしょう。この「二刀流」という言葉は、巖流島の決闘で有名な剣術家、宮本武蔵が両手に刀を持って戦ったところから生まれたと言われています。

宮本武蔵は、剣術の奥義を『五輪書』という本にまとめました。その中に「水之巻」という巻があり、後書きに、次のような言葉があります。

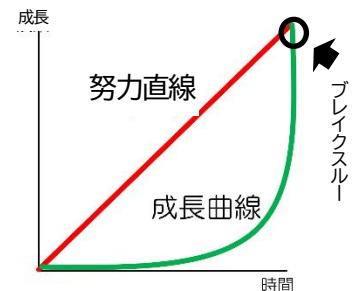
けいこ たん  
千日の稽古を鍛とし、  
れん  
万日の稽古を錬とす。

何かを身に付けようと思ったら、  
基礎を定着させるだけで  
千日(3年)間の稽古(練習)が必要で、  
さらに、一万日(30年間)、  
稽古を続けなければ、一人前にはならない。

担任をしていた頃、逆上がりができない子がいました。毎日毎日練習をするのですが、なかなかできません。いくら頑張っても、振り上げた脚は、鉄棒より上には上がりません。それでもあきらめずに練習をしていると、腕の力も付いてきて、ある日突然、逆上がりができるようになっていました。

「何かをできるようになりたいなら、100回やり続けてみましょう」と声を掛けた経験があります。「縄跳びで三重跳びができるようになるために二重跳びを100回努力する」「跳び箱の開脚跳びができるようになるためには、100回挑戦する」などなど。

「努力直線と成長曲線」と言われるグラフがあります。練習の回数とそれによって起きる変化について表したものです。練習を始めた頃は、努力してもなかなか結果が出なくても、100回くらい繰り返しているうちに、飛躍的に伸びていく、という研究結果を表したものです。



努力は一つ一つの積み重ねで同じように増えていくのですが、成長は途中までほとんど見えてきません。いくらやっても昨日と何も変わっていません。それが、ある時を境に突然グーッと上昇し始めます。そして、あるところで、積み重ねてきた努力の直線と交差をします。頑張ってきたことが「できた」という結果に結びついていくのです。

二つの線が交差する瞬間を「ブレイクスルー(=突破・打開)」と言います。どういうわけか、様々な技は100回くらいの練習を積むことでブレイクスルーを迎えるようになっていきます。

目には見えなくても、努力は体と脳に蓄えられていっています。練習しても練習してもできるようにならなくて、あきらめそうになったり、自信をなくしたり、心が折れてしまったりするかもしれません。けれども努力は人を裏切っていないのです。

もうすぐ夏休みです。子供たちが100回挑戦するチャンスです。何でも構いません。目標をもち、是非この成長曲線を信じて、100回継続練習にチャレンジしてほしいと思います。継続は力なり。この夏、たくさんの子がブレイクスルーを経験してくれたら嬉しい、と心から願っています。

## 7月の行事予定

日	曜	予定
1	月	
2	火	
3	水	星空集会 委員会
4	木	安全指導 カヌー教室 (6-1, 6-2, 5-1)
5	金	社会科見学 (6年生) カヌー教室 (5-2, 4-1, 4-2) え・ほんの会 (1~3年生)
6	土	
7	日	都知事選挙 (本校会場)
8	月	クラブ
9	火	避難訓練
10	水	着衣泳 (6年生) 保護者会 (高学年 13:45~14:20) (低学年 15:10~15:45) フッ化物洗口の説明会 14:30~15:00
11	木	児童集会
12	金	え・ほんの会 (4~6年生)
13	土	
14	日	
15	月	海の日
16	火	
17	水	
18	木	給食終了 4時間授業
19	金	終業式
20	土	
21	日	
22	月	夏季休業始 ~8月31日(土)まで
23	火	
9/1	日	
2	月	始業式 3時間授業 給食なし
3	火	給食開始 委員会 身体測定 (6年生)
4	水	身体測定 (5年生)
5	木	身体測定 (4年生)
6	金	身体測定 (3年生) え・ほんの会 (1~3年生)

### 夏季水泳について

夏休み中の夏季水泳指導は実施いたしません。

### 2学期の始業式の日について

9月2日(月) 8:05~登校 ランドセルにて登校  
8:40~始業式 3時間授業 給食なし

## 水泳指導

6月17日(月)より、水泳指導が始まりました。安全第一で学習ができるように、「指示を聞くとき」と「活動するとき」のメリハリがつけられるように指導してまいります。

(体育主任 渡辺 健人)

### 夏休みの課題について

#### 読書感想文コンクール (3年生)

3年生、全員取り組みとなります。

読書感想文の書き方の指導をした上で、夏休みの宿題に出します。(読書感想画は、任意参加です。)

#### 読書感想画 (2年生)

2年生、全員取り組みとなります。

読書感想画は、表紙や挿絵を写すことや線画等ではなく、想像をめぐらせた絵に、画材を使って色をぬります。作画感想用紙の記入も必要となります。(読書感想文は、任意参加です。)

#### 1年生、4~6年生 (選択参加)

選択参加となる学年でも、感想文の書き方や感想画の描き方を配布し、説明します。参加希望の児童には、作文用紙や画用紙も大きさや分量を説明し、配布します。

(図書主任 藤村 美幸)

### ラジオ体操 ~地域の行事に参加しましょう~

○二之江八幡町会【西瑞江五丁目公園】6:30~  
7/20(土)~25日(木) 8/17(土)~22(木)

○二之江中央町会【二之江第二小校庭】6:20~  
7/21(日)~31日(水) 土日も実施。

○江戸川ハイツ自治会【新川さくら館広場】

7月20日(土)~7月31日(土)6:30~  
7月21日(日)、28日(日)は除く。

○新二之江町会【二之江さくら公園】6:25~

7月22日(月)~7月30日(火) 土日は除く

○三角青空子ども会【春江5丁目南公園(みどりグ  
ラウンド)】6:30~

7月22日(月)~7月31日(水)

土日は除く

### 7月の生活目標

#### 「思いやりをもって生活しましょう」

先日の休み時間のことです。ある高学年の児童が、自主的に教室のほうきの手入れをしていました。その理由を聞くと、「みんなが今日の掃除で使いやすいようにするためです。」と話していました。思いやりとは、他者への気遣い、想像力だと改めて感じました。ご家庭でもお話していただけると幸いです。

(生活指導部 上田 智子)