

高森高校進路通信 - Upgrade 11月号 -

文責 進路指導部

I 描いていますか？ 将来像

あなたの10年後を想像してみてください。

そこには、どんなあなたがいますか？

または、どんな大人になりたいですか？

現在15～18歳であるみなさんの多くは、10年後、社会人として何らかの仕事をしていることでしょう。まだ、はっきりとした未来予想図は、描けないかもしれません。しかし、確実なことは言えます。必ず1年ずつ、歳を重ねます。

将来を大きく左右する高校時代の3年間は、あっという間に過ぎていきます。この3年間も1日1日の積み重ね、要は毎日何気なく過ぎていく日々を、いかに充実したものにしていくかです。目標をもって、前進する日々でありたいですね。

そこで、冒頭の10年後の自分です。唐突だったかもしれません、人間、何か夢や目標がないとなかなか頑張れないものです。

例えば、長距離走を考えてみてください。多くの人はきついから嫌いだと思います。でもそれを毎日毎日、進んで練習する人たちもいるのです。そこには、きついことでも頑張れるような目標(大会で上位に入る、タイムを縮める、ゴールした時の達成感を得たい、減量したい…など)がそれぞれにあると想像できます。皆さんの中には、11/14のチャレンジ大会を頑張り、13kmを完走(完歩)しましたね。本音はきついたくないという部分もあったと思いますが、制限時間内にゴールするという目標をもってチャレンジしたことでしょう。

夢という壮大なテーマはなかなか描けなくても、「高校卒業後は進学したい、就職したい、どんな学校に進学したい、どんな職種に就職したい…」などの具体的な目標はもっていますか。そのために今は何をしなければならないか(した方がよいのか)、学校の出席、提出物の期限を守る、テスト勉強を〇時間取り組む…など、将来の夢を今の自分が

取り組める目標に小さく設定していくことはできるのではないでしょうか。あまり考えたくない話題で、スマホやゲームなどで現実逃避したいかもしれません。しかし、先延ばしをしても1日は必ず過ぎていくのです。自分の将来です。自分事として、時にはしっかりと自分を見つめてみませんか。

2 知っていますか？ 1. 01の法則と0. 99の法則

数字の1は何回かけても1です。「1」をベースにすると、365日「1」を続けて、「1」となります。1の365乗は、1のままです。

1. 01の場合

普通の1日(1. 0)があったとして、その1日の中で自分の叶えた目標に向かって、少し(0. 01)努力をして1. 01になったとします。それを1年間(365日)続けました。そうすると

$$1. 01 \text{ の } 365 \text{ 乗} = 37. 78\dots$$

毎日少しづつ努力することで数字的に見れば、やがて大きな力となります。

0. 99の場合

普通の1日(1. 0)があったとして、その1日の中で少し(0. 01)怠けてしまい0. 99になったとします。それを1年間(365日)続けました。そうすると

$$0. 99 \text{ の } 365 \text{ 乗} = 0. 025\dots$$

毎日少しづつ怠けると数字的に見れば、成長も見られず下がってしまいます。それどころか、1. 01の365乗と比べると、1500倍以上の差になります。1日怠けたり、頑張ったりしても数字的には大きな差はないですが、長期的な期間で考えると、大きな差となって返ってきます。英単語や漢字を〇語、□分の勉強時間の確保・・など、それが積み重なった時の差は大きいですね。

最後に、日米の野球界で数々の偉業を打ち立てた、イチロー選手が残した名言を紹介します。

小さなことを積み重ねることが、とんでもないところに行くただひとつの道