

心のほけんだより



2024年1月10日発行 No.13 天王寺川中学校 保健室

新年を^{むか}え、みなさんは新たな気持ちで、がんばろうと思っていることでしょう。

夢や目標がある人は、それに向かって前に進んでいきましょう。

まだ夢や目標がない人もいます。でも、それは決して悪いことではありません。いろいろな可能性を考えることができる、大切な時間だと思しましょう。そして、いつか夢や目標ができた時のために、今いろいろなことにチャレンジできたらいいですね。



夢や目標を達成するため、いろいろなことにチャレンジするため、どちらにしても「**向上心**」（今月の品格目標）が必要です。

辞書には、向上心とは、「より優れた状態を目ざそうとする心」と書かれています。

みなさんは、一人ひとり夢や目標が^{ちが}違います。また、今、置かれている^{じょうきょう}状況も違います。当然、「より優れた状態」も^{ちが}違います。周りの人と比べる必要は全くありません。自分のペースで前に進んでいくことが大切です。心が^{つか}疲れている時は、立ち止まること、後退すること、時には^に逃げることもあってもかまいません。でも、そんな時こそ一人で^{なや}悩まず、友達やお家の人、学校の先生を^{たよ}頼ってくださいね。

自分自身をじっくり見つめ、あせらず、夢や目標、なりたい自分が見つかったら、向上心を持ち、少しずつ前にすすんでいきましょう。

「向上心」＝心を上に向ける



この漢字の意味のように、心を上に向けることで、なりたい自分に少しずつ近づけます！

