

夏休み校長の目標日記

夏休み校長の目標 振り返り

1 学期の終業式で、私は生徒の皆さんの前で「夏休み 34 日間のうち、御室八十八か所霊場を 25 回歩く」という目標を宣言しました。日々の経過は、「夏休み校長目標日記」を中央階段 2～3 階踊り場に掲示して、お知らせしていました。そして夏休みが終わる今、その結果を報告したいと思います。

今年の夏は天候にも恵まれ、目標としていた 25 回を大きく上回り、34 日間すべての日に御室八十八か所霊場を歩くことができました。達成率は 136%です。

【夏休み校長目標日記の記録】

日記に記録されているデータを集計すると、次のようになりました。

- 歩いた日数：34 日間
- 目標回数：25 回
- 実績：34 回（達成率 136%）
- 総距離：約 173km
- 総消費カロリー：約 19,000kcal
- 1 日平均距離：約 5.1km
- 1 日平均消費カロリー：約 565kcal

※総距離・総消費カロリーは、記録データから算出した概算値です。

173km という距離は、京都から福井県敦賀市付近までの距離に相当します。また、約 19,000kcal は体重 60kg の人がおよそ 2～3 日間で必要とするエネルギー量にも匹敵します。こうして数字で振り返ると、自分でも驚いています。

【続けることの難しさ、続けることの力】

実は、毎日が順調だったわけではありません。朝早く起きるのがつらい日もありました。暑さに気持ちが負けそうになる日もありました。「今日は休んでもいいかな」と思ったことも一度や二度ではありません。しかし、不思議なことに歩き始めると気分が前向きになり、歩き終える頃には「今日も続けることができた」という達成感がありました。そして、その小さな達成感が次の日への力になりました。

私は今回の経験を通して、改めて感じました。**大きな目標を達成する秘訣は、一度に大きく頑張ることではなく、小さなことを積み重ねることです。**34 日後の結果だけを見ると大きな成果に見えます。しかし実際には、「今日も歩こう」と決めた一日一日の積み重ねに過ぎません。

【2 学期に向けて】

皆さんも夏休みの間、それぞれの目標や挑戦に取り組んだことと思います。目標を達成できた人もいれば、思うようにいかなかった人もいるでしょう。しかし、本当に大切なのは結果だけではありません。目標に向かって行動したこと、途中で困難があっても挑戦しようとしたこと、その経験そのものに大きな価値があります。

2 学期は、学習、合唱の部、体育の部、生徒会活動など様々な場面で努力を続ける機会があります。ぜひ今回の夏休みの経験を生かし、「**毎日少しずつ続ける**」ことを意識してください。

継続は力なり。です！

私自身も、この夏休みに学んだことを忘れず、校長として毎日の小さな努力を積み重ねていきたいと思っています。皆さんも、自分自身の目標に向かって、一步一步前進していきましょう。