



日	曜	【令和8年1月】学校行事等
1	木	元日
2	金	
3	土	スクールカウンセラー来校日 9日・19日・26日
4	日	
5	月	
6	火	共通テスト対策問題パック(河合塾)【～7日】
7	水	校納金口座振替日
8	木	始業式 健康観察 身だしなみ指導 課題テスト(3年) 基礎力診断テスト(1・2年) 長高だより発行 進路希望調査②
9	金	全校朝礼 人権・同和教育 HR 活動(3年) 列車通学生/単身生活生集会
10	土	総合学力テスト記述(1・2年)【～11日】
11	日	
12	月	成人の日
13	火	各種委員会(昼休み)
14	水	CD 発表会事前準備 長高いじめに関するアンケート
15	木	学年末考査発表(3年) 語の日 漢字テスト⑬ CD 発表会(1年4・5・6限) 進路ガイダンス③(2年5・6限)
16	金	全校朝礼 共通テスト受験者激励会 SSW 来校日
17	土	長高水族館一般公開日 大学入学共通テスト【～18日】
18	日	全商情報処理検定試験 地域探究プログラム四国大会
19	月	人権・同和教育に関する意識調査(3年)
20	火	交通安全街頭指導 進路課通信発行 令和7年度「交通安全教室」
21	水	40分授業 語の日 家庭学習時間調査⑤(3年)【～27日】
22	木	学年末考査(3年)【～28日】 漢字テスト⑭
23	金	長高だより発行
24	土	県学力テスト(1・2年)
25	日	全商簿記実務検定試験
26	月	
27	火	
28	水	人権の窓発行
29	木	40分授業 テスト返却・学年集会(3年) 特色入試準備
30	金	特色入試(生徒は家庭学習)
31	土	

自分が好き 友達が好き 長高が好き

健全育成課長 上田 正弘

突然ですが、みなさんは、自分のことが好きですか。おそらく、そういった質問を受けると戸惑う人が多いのではないのでしょうか。また、日本人の場合、他国の人に比べると、「自分のことが好き」と答える人の割合は低いようです。

私自身、「自分のことが好きだ」と断言することはできませんが、かといって今の自分を嫌いなわけでもありません。欠点が多いし、年をとって物忘れもひどくなりましたが、そういったことを含めて今の自分をある程度受け入れています。それは自分に妥協したのではないかと問われれば、そのとおりかもしれません。しかし、妥協の産物として、自分の心の平安が得られるのならそれでかまわないと思います。

ありのままの自分を受け入れたら、周囲の目を気にしたり、自分への自信のなさから不安な気持ちにおそわれたりすることも少なくなります。また、自分を肯定的に捉えることができるようになると、周囲の人に対しても優しくなれるような気がします。

自分が好きな人、いわゆる自己肯定感の高い人は、自分自身に自信をもっている人が多いようです。自分に自信がもてれば、様々なことにチャレンジしようとする意欲が高まりますし、他者との良好な人間関係を築くことができます。また、困難な状況に陥っても、そこからの立ち直りが早く、前向きな考え方をすることができます。

みなさんも、自分に対して否定的な考え方をするのではなく、「まあ、なんとかなるか」ぐらいのゆる～い感覚で毎日を過ごしてみませんか。そうしたら、自分ことが少しは好きになれるかもしれません。自分のことが好きになれたら、周囲の友達への見方や付き合い方が変わるかもしれません。

そして、みなさんの通う長浜高校のことも好きになってほしいと思います。私は、そういった生徒が集う学校をこの目で見てみたいです。