

新十津川町を

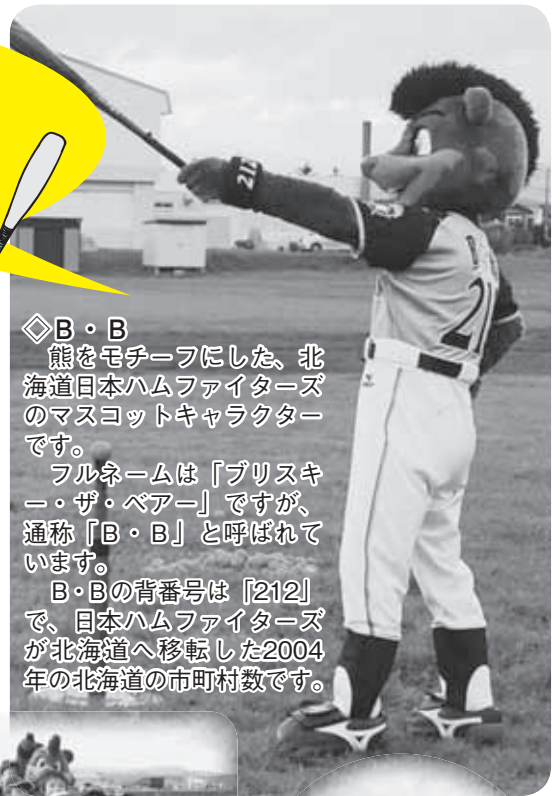
取材に来たよ

参加者たちは、B・Bにサインをもらったり、記念撮影などで交流し、うれしそうに笑顔を見せていました。

ゆめりあで行われた交流会には、B・Bに会おうと、子どもから大人までが集まりました。

9月18日(水)、北海道日本ハムファイターズのマスコットキャラクターB・Bが、212物語のロケで、新十津川町を訪れ、1日かけて町内20か所を巡りました。

◇B・B
熊をモチーフにした、北海道日本ハムファイターズのマスコットキャラクターです。
フルネームは「ブリスキー・ザ・ベアー」ですが、通称「B・B」と呼ばれています。
B・Bの背番号は「212」で、日本ハムファイターズが北海道へ移転した2004年の北海道の市町村数です。



①



②



- ① 稲刈りをするB・B
- ② みんなでファイターズの選手へメッセージを収録
- ③ 練習を見守るB・B
- ④ ホワイトベアーズと守備の練習



③



④

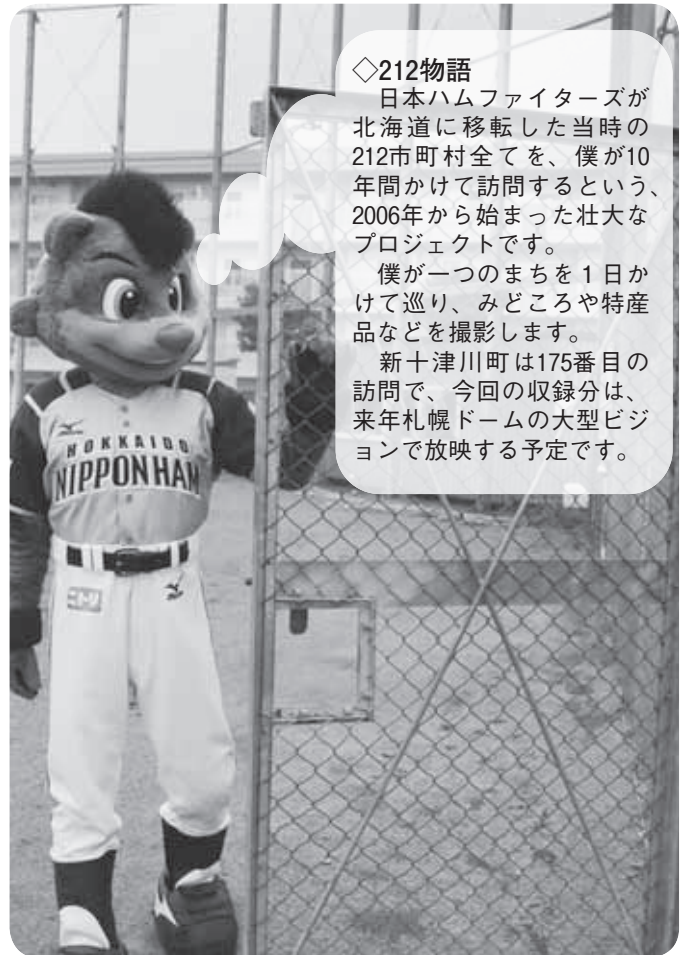
- ⑤ 交流会で、参加者一人一人に「いねい」にサインをするB・B
- ⑥ 町長室でのひとコマ



⑤



⑥



◇212物語
日本ハムファイターズが北海道に移転した当時の212市町村全てを、僕が10年間かけて訪問するという、2006年から始まった壮大なプロジェクトです。
僕が一つのまちを1日かけて巡り、みどころや特産品などを撮影します。
新十津川町は175番目の訪問で、今回の収録分は、来年札幌ドームの大型ビジョンで放映する予定です。

学ぼう明日へ！ サポート通信 19

成功のために より具体的な目標設定を

なぜ目標を立てるのか

勉強、スポーツ、習い事などさまざまな活動をするとき、必ずといっていいほど目標を決めます。目標を設定することによって、「やる気」が生まれるからです。皆さんも、さまざまな場面で目標を設定してきたと思います。ここでスポーツ界の有名選手の目標設定を見てみましょう。

成功者に学ぶ目標設定について

今年の「好きなスポーツ選手2013」で1位に輝いた野球のイチロー選手。プロ野球で数々の栄光を手にしていく選手ですが、小学校時代に書いた卒業文集に目標設定のヒントが隠されています。

ぼくの夢は、一流のプロ野球選手になることです。そのためには、中学、高校でも全国大会へ出て、活躍しなければなりません。活躍できるようになるには、練習が必要で

す。ぼくは、その練習にはじしんがあります。ぼくは3才の時から練習を始めています。3才〜7才までは、半年位やっています。3年生の時からは、げいし練習をやっています。だから一週間で、友達と遊べる時間は、5時間〜6時間の間です。そんなに練習をやっているんだから、必ずプロ野球の選手になれると思います。そして、その球団は、中日ドラゴンズか、西武ライオンズが夢です。ドラフト入団でけいやく金は、1億円以上が目標です。

注目したいのが、自分が目指す姿を具体的にイメージしているところです。ただ「がんばる」ではなく、数字を用いたり成功を収める姿を描いたり、非常に具体的です。目標は、具体的であればあるほど良いです。

また、目標を達成するための過程も書かれています。自分はどうな行動によって目標を実現させるのか、その具体策を明確にするべきです。

例えば、「定期テストで40点取る」という目標を立てたとします。そうしたら、数学は90点取るために難しい図形の問題を多く解く、または英語は70点取るためにテスト範囲の英単語を1日10個ずつ覚えるというように、具体的な行動も示して実行することで成果があらわれます。



日々の目標設定について

前述したものは、スポーツでの大会やテストなどの行事のように、日常生活の中では大きな出来事への目標設定です。家庭学習など毎日続けるような取り組みへは、最低目標・努力目標を設定すると良いです。

最低目標とは、「絶対にこれだけはやらなければならぬ」という目標です。それに對し、努力目標は、「調子が

よければこれくらいやろう」という目標です。努力目標は、あくまで「できれば」ですから、気が乗らなければ行わなくても良いでしょう。

このように、勉強をする前に、目標（ゴール）を設定することによって、中途半端な取り組みがなくなり、集中して勉強できるようになります。例えば「社会の教科書の30〜40ページまでをまとめる」「30分間計算をする」というように、家庭学習をする前に簡単に目標を設定します。そうすることで、目的意識も生まれ、より効果的な勉強時間を過ごすことができます。

今後、学習に取り組むときには、意識して目標設定していきましょう。日々の学習が充実するだけでなく、今後の人生においても良い影響を与えてくれるはずです。

