

Vigor

三田西陵高等学校 26 回生 第 3 学年 発行
No. 30 令和 2 年 11 月 17 日

～ 学年回よりメッセージ ～

総合型選抜（旧 A O 入試）が大体終わり、就職試験や学校推薦型選抜がいよいよ始まりました。今月号からは学年の先生方からお話を頂きます。

1 組担任 中西徹 先生からメッセージ

『「1.01」と「0.99」の法則』



$$1.01^{365} = 37.7834343$$

$$0.99^{365} = 0.0255179645$$



上記は 1.01 を 365 乗した結果、0.99 を 365 乗した結果です。

現在の自分を「1」だとすると、今より 0.01=1% だけ、少しだけで構わないので日々成長し続ける。すると 1 年 365 日たつと、約 38 倍、とてつもなく成長している自分に出会える。

逆に、「これくらいいいだろう」「面倒くさい」と今より 0.01=1% だけ自分に負けてしまう日々を過ごしてしまう。すると 1 年 365 日後には、約 0.03 倍、そんな自分になってしまうかもしれません。

1.01 の日々を過ごすには、相当の意識と努力が必

要です。しかし、0.99 の日々は簡単で、かつ無意識に 0.99 の日を過ごしてしまうことも多々あるでしょう。

卒業まであとわずか。入学から 3 年の月日が経とうとしています。皆さん、成長できた自分に出会えていますか。

2 組担任 津田悠希 先生からメッセージ

『受験を控えている生徒へ』

周りの友達が次々と進路を決定していき、自分だけが先の見えないトンネルを歩いているような不安を抱えていることでしょう。でも、受験は最後まで頑張れば報われることが多い。

私自身は大学から追加合格を頂きました。教え子が学校型選抜（公募）の追加合格を 2 月にもらったこともあります。本当に近年の受験事情は何が起きるかわからない状態です。決して最後まであきらめず、努力し続けていきましょう！

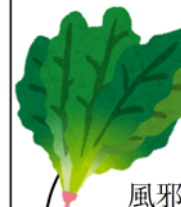


『進路が決定している生徒へ』

11 月模試も終わり、高校 3 年の残り数カ月。残り時間は今しかできない自分を高める時間として活用してください。周囲の人に感謝して、大人になるための準備期間としてください。あなたの隣にはまだ努力を続けている人がいるということを忘れずに。

12 月の予定

12 月 8 日（火）～ 14 日（月）	2 学期期末考査
12 月 15 日（火）、 16 日（水）	考査返却日
12 月 17 日（木）～ 23 日（水）	特別時間割
12 月 24 日（木）	大掃除・終業式



ホッと、コラム

風邪をひかないための、受験生の強い味方を紹介します！別名「冬葉」とも呼ばれている「ほうれんそう」です。11 月～1 月が旬のほうれんそうは、ビタミン C と鉄分を豊富に含んでいます。

私のオススメの食べ方は「常夜鍋」！ニンニクとショウガと酒で出汁を作り、たっぷりすった大根おろしとお肉を、ほうれんそうで巻いて食べるととても体が温まります！

6 組担任 岡諒介

