



# 鏡が沖

Kagamigaoki 第362号

令和7(2025)年8月29日 発行

## 微差が大差を生む

校長 杉谷 明

8月26日(火)残暑が厳しい中、一回り成長し大きくなったように見える生徒らが登校し学校を再開しました。夏休み明け全校集会では以下のことを生徒に伝えました。

今日は前期後半にあたり、「微差」という言葉を皆さんに紹介します。「微差」校内のどこかに額が飾られていますよね。探してみてください。「微差」とは、ほんのわずかな「差」のこと。昔から「微差が大差を生む」と言われています。パナリニックホールディングスの創始者、松下幸之助さんの言葉です。意味は、「小さな違いが積み重なることで、やがて大きな成果や違いを生み出すこと」。人生や仕事、学びの場においても、この考え方は非常に重要です。一見すると無意味に思える小さな行動が、未来を大きく変える可能性を秘めています。



では、なぜ「微差が大差を生む」のか。次の3つが挙げられます。

① 小さな行動が積み重なるから。



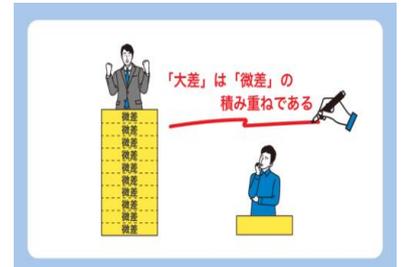
小さな行動を毎日繰り返すと、やがて大きな結果につながります。例えば、1日10分の読書を続けるだけでも、1年後には本にすると数十冊分の知識や語学力を得ることができます。反対に何もしなければ、変化はありません。この小さな努力の積み重ねが、語学力や知識量の差を生みます。

② 継続が習慣となるから。

小さな努力を続けることで、それが習慣化されます。習慣は自動化された行動であり、無意識で続けられるため、大きなエネルギーを必要としません。これが長期的な成果を生む原動力になります。

③ 初期の差が時間とともに広がるから。

最初はほとんど気づかない小さな違いも、長い期間をかけると大きな差になります。これを「複利効果」と言います。努力の積み重ねが自己成長を加速させ、他の人との差を広げていきます。



では、どのように実践すればよいか。5つのポイントです。

① 小さな目標を設定する。

大きな目標を達成するためには、小さく具体的な目標に分解することが大切です。例えば、「毎日10分だけ運動する」「1日1ページだけ本を読む」など達成可能な範囲で目標を設定しましょう。

② 習慣化を意識する。

微差を積み重ねるためには継続が不可欠です。新しい行動を習慣化するには、最初の21日間が重要です。最初の数週間を乗り越えるために、スケジュールに組み込むなど、仕組みを作りましょう。

③ 記録をつける。

自分がどれだけ続けられたかを記録することで達成感が得られ、モチベーションが維持されます。カレンダーなどを使って毎日の行動を可視化してみましょう。

④ 他者からの評価を得る。

自分の進捗を他者に話したり、評価を受けたりすることで、行動の改善点を見つけることができます。また、他者と進捗を共有することで、継続の意欲が高まります。

⑤ 小さな成功を喜ぶ。

達成した小さな目標を自分で認め、喜ぶことが重要です。成功体験を重ねることで、自信がつき、さらに大きな行動につながります。

裏面に続きます。



最後に「微差を大差にする」心構えです。

① 完璧を目指さない。

微差を積み重ねるには、完璧主義を捨てることが重要です。「完璧でなくても続けること」に価値があると考えましょう。

② 長期的な視点を持つ。

結果を焦らず、長期的な視点で取り組むことが大切です。小さな努力はすぐには目に見える成果を生まないかもしれませんが、時間をかけて確実に成果を育てます。

③ 他者と比較しない。

自分の進捗を他者と比較するとモチベーションが下がることがあります。自分のペースで進めることに集中しましょう。

今日の話の「微差が大差を生む」という考え方は、人生のあらゆる場面に応用できます。小さな行動を続けることで、やがて大きな成果や変化を手に入れることができます。今日から、小さな一歩を積み重ねる習慣を始めてみましょう。その努力が未来の自分を大きく成長させてくれるはずです。皆さんの「成長と活躍」に大いに期待して、全校集会の話を終わりにします。



## 9月・10月の予定

- 9月1日(月) 前期期末テスト  
平和パネル展示(~5日)
- 2日(火) 前期期末テスト 5限後放課
- 4日(木) 生徒会専門委員会
- 6日(土) 草刈りボランティア
- 8日(月) 生徒会代議員会(放課後)
- 10日(水) 体育祭予行・準備
- 11日(木) 体育祭(給食なし)
- 12日(金) 体育祭予備日(給食なし)
- 16日(火) 体育祭予備日(給食あり) 職員会議
- 17日(水) 新人大会・駅伝大会激励会
- 18日(木) 柏刈駅伝大会 生徒集会
- 22日(月) 小中連携挨拶運動
- 24日(水) 柏刈新人各種大会  
※1・2年給食なし 3年確認テスト
- 25日(木) 柏刈新人各種大会予備日
- 26日(金) 3年英検I B A
- 29日(月) 1年英検I B A
- 30日(火) 2年英検I B A  
PTA校外指導部あいさつ運動(~2日)
- 10月1日(水) 基礎基本テスト(数学)
- 6日(月) 新人大会・駅伝大会報告会
- 7日(火) 市教委訪問
- 9日(木) 上越地区駅伝大会
- 10日(金) 前期終業式・後期始業式
- 11日(土) スクールバンド合同演奏会
- 14日(火) 職員会議
- 15日(水) 基礎基本テスト(国語) PTA三役会
- 20日(月) 3年生学習の確認テスト  
生徒会専門委員会
- 23日(木) 合唱コンクール
- 24日(金) 避難訓練 PTA運営委員会
- 25日(土) そば刈りボランティア

### 少年の主張 柏刈大会の報告

日時 8月6日(水)  
会場 市民プラザ波のホール  
代表者 3年  
題名 「やさしさの虚像化」  
結果 優秀賞

発表内容を覚え、自ら考えた手振り身振りを交えて、熱意と迫力の感じられる発表で、多くの審査員や聴衆に対して、共感と感銘を与えていました。

### 体育祭開催のお知らせ

9月11日(木)に『限界突破~鏡中魂に火をつけろ~』のスローガンのもと体育祭が行われます。当日は熱い戦いと、全校生徒のまとまりを、ぜひご覧ください。

なお、工事のため駐車場が大変狭くなっています。できるだけ徒歩または乗り合わせでご来校ください。ご協力よろしくお願いいたします。



夏休みのリーダー活動の様子