



志学 しがく

～十有五にして学に志す～



京都市立下京中学校
学力向上部

平成27年10月23日

◎11月。きらめき手帳コンテスト開催！！

日々使っているきらめき手帳。あなたのそのアイデア。あなたのその一工夫。ぜひみんなに紹介してください！
学年、さらには全校で共有し、きらめき手帳をさらに有効に使えるようにしましょう！
そこで今回の志学は、手帳について。



◎手帳は占いや心理テストと似ている！？

手帳にいろいろなことを書くようになると、自分はこういうことに時間を割きたい人間なんだとか、こういうところが苦手なんだとか、自分自身のことを振り返る機会が豊富になります。実はこれ、占いや心理テストと似ているんです！占いや心理テストがおもしろいのは、自分の意外な一面を見せてくれたり、自分の思っていることおりの自分であることを示してくれるからです。これと同じ効果が、手帳にはあるのです。毎日手帳を書くことで、自分はということが得意でということが苦手なのかということが見えてきます。

3週間、手帳を書き続けたら、自分の時間の使い方が見えてきます。

3ヶ月、手帳を書き続けたら、自分の特徴がいろいろわかってきます。

1年間、手帳を書き続けたら、青春の1ページならぬ青春の1冊となり、人生の宝物になります。

◎知っていましたか？私たちの手帳の創始者。

右の画像はアメリカの100ドル札の見本です。

真ん中に描かれている人物は、ベンジャミン・フランクリン。
アメリカ合衆国建国の父と呼ばれている人物です。実はこの人が、
手帳を生活習慣の一つとして位置づけた人だと言われています。
彼の文章に、以下のようなものがあります。



「私はいついかなるときでも、まったくあやまちを犯すことのない生活を送り、あやまちを一つ残らず克服してしまいたいと思ったのだ。」「そしてまた、自分はいかなるときでも正しい行動が確実にできるという自信をもつためには、まず第一にそれに反する習慣を打破し、つづいてよい習慣をつくって、しっかりそれを身につけなければならないという結論に達したのだった。」

そのための手段として用いられたものが手帳です。すなわち、手帳は生活習慣を改善するための、大きな助けとなったのです。

その時の手帳をもとに、現在「フランクリン・プランナー」という手帳が世界中で販売されています。右の画像がその1ページです。下京中学校のきらめき手帳と似ていますね。ベンジャミン・フランクリンは1700年代を生きた人物です。すなわち手帳には、およそ300年の歴史があるのです。

世界で注目され、使われている手帳。素晴らしい生活習慣が身につくことは300年の歴史が証明しています！

