

殿山第二小だより

令和 4年 5月 9日 第 5号

枚方市立殿山第二小学校

TEL:050-7102-9044

発行責任者 校長 山本 容子



ゴールデンウィークを終えて、今週からは、一学期も中盤にさしかかります。また、今年度は、本校創立150年ということで、周年行事に向けての取組みも始まります。さしあたって、明日は、全校生で運動場に人文字をつくり、航空写真を撮ることになっています。

(天候の状況次第では、延期する場合があります。尚、出来上がった写真は、150周年記念誌に掲載するほか、希望販売も予定しています。詳細は後日お知らせいたします。)

さて、今回は、人の心のありようについて考えてみたいと思います。

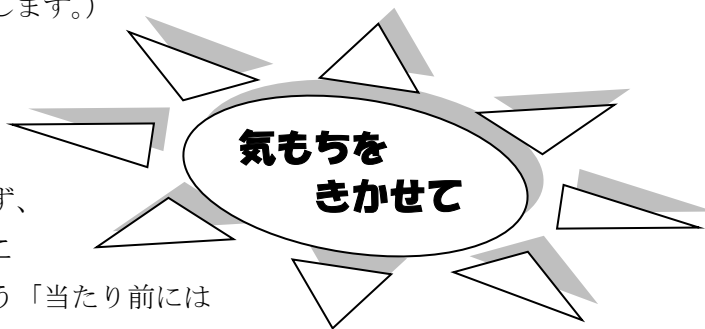
学校は、コロナ禍以前の学校の姿にはなかなか戻れず、今できる教育活動を創意工夫しながら過ごしているところです。従来までの「当たり前にあった日常」は、もう「当たり前にはない」ものだと実感するところです。社会状況の急激な変化に、人の心が追いついていかないという状況も見受けられるのが現在の姿かもしれません。

先が見通せない、心配や不安がつよってきます。人は、「不安」や「我慢」の状態が続くと、誰しもが“疲れ”を感じてしまいます。「いろいろ対応策をとっているのに、成果が見えてこない。」また、「対応策をとっているのに悪い状態になってしまっているのではないか。」と感じるとなおさら“疲れ”も倍増することでしょう。

このように、人には誰もが陥りやすい負の感情がある、ということを知って自分自身の感情の持ち方に一息いれて、客観的に見つめ直す“余裕”の気持ちを持つようにすることが大事なことと思います。深呼吸をしながら、自身の呼吸を整えてみるだけでも、気持ちを少し落ち着かせることができるといわれています。

心の不調は、体の不調を招き、体の不調は、心の不調を招きかねません。やはり、心と体のバランスを上手にとることが大切なことと思います。そのためには、基本的な生活習慣を維持していくことだと考えます。『早寝』『早起き』『朝ごはん』といつも言われていることですが、『睡眠時間』の確保と栄養バランスの摂れた『食事』、適切な『日光浴』『運動』は、子どもたちにとっても、大人にとっても心身の健康のために必須のことです。意識して日常生活を過ごすように心がけたいものです。

気持ちのありようは少し緩やかにしながら『殿ニッコリ』と笑顔を忘れず、世界一幸せで仲間を大切にする学校・地域をみんなで創りあげていきましょう。



一学期 校外学習・宿泊学習の予定

1年生	・・・	京都市動物園	6月15日(水)
2年生	・・・	ひらかたパーク	5月17日(火)
3年生	・・・	アクトパル宇治	6月30日(木)
4年生	・・・	大阪科学技術館	6月8日(水)
5年生	・・・	マキノ高原	6月16日・17日(木・金)
6年生	・・・	近つ飛鳥博物館	7月14日(木)

やさしく、あたたかな言葉遣いを心に留めながら！

準備物等、詳細は各学年からお知らせいたします。

尚、社会状況を鑑み、急遽、変更せざるを得ない場合は、速やかにお知らせさせていただきます。