



曾木の子

ホームページ <http://www5.synapse.ne.jp/es-so/>

学校便り No. 4

令和3年7月14日(水)発行
伊佐市立 曾木小学校
TEL:25-1152 FAX:25-1162
伊佐市 大口曾木1753番地



楽しい夏休みにするために

校長 山田 俊也

来週から、42日間という長い夏休みが始まります。子どもたちは、「毎日が日曜日」という日々で、楽しみにしていることも多いことと思います。しかし、保護者の立場からみると・・・

- 1 早起きをしない。
- 2 テレビを見たりゲームをしたりごろごろしている。
- 3 勉強をしても長続きせず、すぐに他のことに気を取られてしまう。
- 4 夜も遅くまでゲームや動画視聴をして、寝るのが遅い。→1→2→3→…。



メンタルクリニックの先生と話す機会がありますが、ストレスとの上手なつきあい方について、「ストレスと楽しいことは5割：5割の割合でよいと考え、ストレスを0にして楽しいことを10割にしようとしても難しい。」しかし、それもなかなか難しい。そこで、「ストレスを減らすのではなく、楽しいことを増やせばよい。」という話をされます。

全てを100点満点、よりよい点数を取ろうと考えずに、プラス思考でいきましょうということかもしれません。

あれこれ指示をして、無理矢理やらせて100点を取るよりも、自分から進んで取り組んで獲得した1点の方が価値があります。

「①早く起きなさい。②ゲームばかりしない。③勉強をしなさい。④早寝しなさい。」と言いたい気持ちは十分に理解できますが、次のたった一つだけでもいいので守らせてみたらいかがでしょうか？



「早く寝なさい」

しかし、いくら早寝するとしても、寝る前の30分間は、スマホ、携帯型ゲーム、テレビなどのデジタル機器は、よい入眠にはつながらないそうです。漫画や雑誌など、絵や活字に向かわせてみたり、音楽を聴かせてみてはいかがでしょうか。

子どもたちが、健康・安全に夏休みを過ごし、いい思い出をたくさんつくることを願います。

併せて、6月末に千葉県で起きた、下校中の小学生の列にトラックが突っ込み児童5人が死傷した事故のことを考えると、いつも通り慣れた道路でも、できる限りの注意をさせるとともに、運転をする私たち大人が法令の厳守に努めなければならないと痛感しています。

出校日、始業式と、27名全児童が元気に登校してくることを楽しみに待っています。



～学校閉庁日のお知らせ～



8月11日(水)12日(木)13日(金)は、カレンダー上では休日ではありませんが、伊佐市立の全小中学校では、全職員が休暇等により、誰も出勤をしない「学校閉庁日」となります急用等ありましたら、教頭又は校長の携帯電話に御連絡ください。

