



校長室だより

笑顔



さくらだいこくん

## 夏休みにしかできない生活を！

校長 片岡 明恵



「学び合う子供たち」

保護者の皆様や地域の方々のご協力により、子供たちは笑顔で夏休みを迎えることができました。友達と学び合い、励まし合い、高め合い、元気いっぱい学校生活を楽しむことができました。身長が伸びたように、心も大きく成長しています。保護者の皆様のご協力と子供たちへの励ましのおかげです。

ありがとうございました。

「1年生は初めての夏休み」



明日から33日間の夏休みが始まります。子供たちはわくわくしていることでしょう。あかいつ子はどのような夏休みを過ごすのでしょうか？

脳科学者の茂木健一郎さんは、夏休みの過ごし方を次のように話しています。

『夏休みの本質は、ぼんやりすること、ほうけることだと思う。普段とは違うことをやって、ぼーっとする。そのことが夏休みの価値であって、学期と同じようなことをやるのは、夏休みの趣旨に反している。夏の間は、みーんみーん、ジリジリとぼんやりしていて、新学期とともに「はっ」とするのが良い。』

私は、夏休みは「自分の好きなことを見つける」「『自律心』を育てる」絶好の機会だと捉えています。普段は学校の決まった枠組みの中で、時間に遅れないように、友達と協力しながら生活することができるように頑張っています。つまり周りに「合わせる」生活です。しかし夏休みは自分で「創る」生活です。子供たちには、次の3つに取り組むように話しています。

まず「**自分の好き**」を見つける時間にしよう。

好きな絵を描き始めたら、納得がいくまで描くことに没頭する。本を読み始めたら時間を気にせず、本の世界に入り込む。庭にいる虫の動きをじーっと観察する。夜の星をいつまでも眺めて見る。作ってみたかった料理を動画を見ながら作ってみる。友達と他愛もないおしゃべりを楽しんで大笑いする。早朝から家族と畑仕事に挑戦してみる。なんでもいいので、じっくりたっぷり取り組んで自分の「好き」「楽しい」を見つけてほしいと思います。この「好き」「楽しい」が将来の夢、なりたい自分づくりにつながっていくはずです。



次に「**お手伝い**」をする時間にしよう。

普段、助けられて生活していることを実感できるように、家族に恩返しの体験をさせてほしいです。誰かに感謝できる子供は、人の心が分かる優しい子供に育ちます。またお手伝いをすることによって、手際よく作業する力や「何時まで終わらせる」といったタイムマネジメントの力が上がります。お手伝いは一人前の社会人になるための最初のステップです。毎日の仕事を何かお子さんに任せてみてください。



最後に「**計画を立てて取り組む**」時間にしよう。

夏休み期間は決まっています。取り組まなければならないことも決まっています。いつ、何を、どこまでに取り組むのか、計画を立てて実行するトレーニングです。子供たちは計画通りに実行することの難しさを体験することでしょう。(ああ…今年も課題をためてしまった…) そのような後悔が、どのような計画にすれば実行できたのか、どんな取り組み方をすれば良かったのか、自分の暮らし方を考えるきっかけになります。

夏休み明け、148人の子供たちの話を楽しみにしています。全員が笑顔で登校しますように。



## 「人」「水」「車」から子供を守りましょう！

楽しい夏休みは危険もいっぱいです。お子様が自分の命を自分で守れるように、日々、言葉掛けをお願いします。

**【人】**…不審者は優しく声を掛けてきます。知らない人に話し掛けられたときは「すみません。急いでいるので。」と答え、その場から離れるように話してください。「道を教えて。」と言われたら「子供なので分かりません。大人の人に聞いてください。」と言うように話してください。もし連れて行かれそうになったときは、**大声を上げたり近くの家へ駆け込み助けを求めたり**するようにお話しください。また不審者に会った場合は、即、警察署へ連絡してください。

**【水】**…子供たちは水が大好きです。水鉄砲に夢中で転倒したり、道路に飛び出したりしないようにお声掛けください。子供は静かに溺れます。溺れている人は呼吸するのに精一杯で声や音を出すことはできません。ですから、プールや川、海で遊ぶときは、**お子様から決して目を離さない**ようにお願いします。

**【車】**…夏休み中は交通量も増えます。道路に飛び出さないこと、十字路等では必ず止まること、自転車の運転は特に気を付けるようにお話しください。スーパーやコンビニ等の駐車場で事故も増えています。楽しい思い出が作れるように、事故に気を付けるようにお話しください。



## 東松島ゴールを守らせましょう！

### メディア使用1時間以内、就寝9時を目指しましょう

#### ○ 睡眠時間

今年も猛暑になる見込みです。睡眠不足だと熱中症に掛かりやすくなります。

「十分な睡眠」がとれるように健康管理をお願いします。



#### ○ SNSやゲーム等メディアの使い方

東松島市ではゲーム機、タブレット端末、携帯電話等の**メディアは、1時間以内の使用**を目指しています。**夜8時にはメディアを保護者に渡し、使用を終了**させてください。中には布団に持ち込み、こっそりゲームやライン交換をしているお子様もいます。お子様の心身の健康を守るために、**親子で徹底**をお願いいたします。通信料等を払っているのは子供ではありません。保護者の管理下で生活していることを話し、保護者の皆様で管理してください。**依存させないようにしましょう。**

東北大学情報科学研究科の報告によれば、

\* SNSの利用頻度が高い子供ほど自己肯定感が低く、孤独感を抱えている傾向にある。

\* インターネット依存が強い人ほど自尊心が低く、不安・抑うつ傾向が高い。

他者との共感性が低く感情コントロールが難しい。



読書をする児童は、テストの問題を正しく理解できるために学力が高いと言われていました。メディアの時間を減らした分、漫画や図鑑からでもいいので本に親しむ習慣が付くといいですね。

