

かがやく

たいよう

【 さあ、夏休み！ 】

今週で夏休み前の学校活動がすべて終了します。全校児童が無事に夏休みを迎えることができることに感謝をしています。

保護者の皆様や地域の皆様には、安全パトロールなど、学校教育に対して深いご理解と多大なご協力をいただきました。厚く御礼申し上げます。

さて、今週末から子どもたちが待ちに待った44日間の夏休みが始まります。それぞれのご家庭で楽しい計画を立てておられると思います。健康で、無事に楽しい夏休みを過ごされますことを願っています。9月1日に全校児童が元気に登校してくれることを楽しみにしています。

【 ONとOFF 】

「体と頭と心のONとOFF」・・・私はいつもこのことに気をつけています。

《 私のONとOFF 》

ON・・・仕事をしている時。学校にいる時。

OFF・・・上記以外のすべて。たとえば、帰宅してからの時間、寝ている時、休日、通勤で運転中の車の中など。

ONの時には一生懸命仕事をします。OFFの時には仕事のことは考えません。毎日通勤で3時間、車に乗っています。でもその時間は楽しいドライブであり、音楽好きの私にはオーディオルームです。ガンガン好きな曲を聴いています。OFFの時には体も頭も心も休めるようにしています。そのほうがONの時の仕事に集中できるからです。また、おもしろいもので、OFFの時に、仕事に関するアイデアを思いついたり、ひらめいたりします。

《 子どもたちのONとOFF 》

ON・・・学校にいる時。習い事（塾、スイミング、習字、英会話、スポーツクラブ・・・）など。

OFF・・・上記以外のすべて。友だちと遊べる時間。家にいる時間、家族と過ごせる時間。寝ている時間。その他自由に使える時間。

子どもの頃は、ONもOFFも学びの連続です。
OFF時間に友だちと公園や野原で遊ぶ時、体力がつきます。走る、飛ぶ、体をぶつけあう、そんな中で体のバネが強くなり筋肉も鍛えられます。バランス感覚が発達し、ケガをしない転び方まで身につけます。

また遊びの中でルールを作りそれを守る・・・社会性が身につきます。家族で話し合ったり、遊んだり、レジャーに出かけたりできるのもOFF時間です。

学校がある期間は、子どもたちのOFF時間が少ないでしょう。夏休みこそ子どもたちがたっぷりOFF時間をとればいいなと思います。保護者の皆様もぜひ、ご自分のOFF時間を子どものOFF時間と合わせていただき、子どもとかかわれる時間をたくさんつくってあげてください。子どもは成長にしたがい、だんだんとOFF時間がなくなってきます。また、OFF時間を親に合わせてくれなくなります。小学生の今なら親子のOFF時間を共有することは可能でしょう。今のうちに子育てを楽しんでください。

この年齢になって、自分が子どもの頃を思い出すと、よみがえってくる楽しい思い出のほとんどは、OFF時間にあっただように思います。

OFF時間を合わせてくれた親の姿を今でも鮮明に覚えています。

子どもたちに楽しい思い出をたくさんつくってあげてください。

楽しい夏休みを

【 夏休み中の行事 】

- 7月22日(火) 個人懇談会
- ～25日(金) (詳細は別途連絡しています)
- 7月31日(木) 前畑・古橋水泳選手権
- 8月5日(火) 橋本市水泳記録会
- 8月21日(木) 登校日(水泳大会) 午前(1-4年) 午後(5-6年)
- 8月23日(土) PTA環境整備作業(4-6年保護者)
* 保護者の皆様、よろしく申し上げます。
PTA実行委員会
- 8月25日(月) サマースクール (別途案内)
- 27日(水) サマースクール
- 28日(木) サマースクール