

「ゴールデンウィーク」をどうとらえ、過ごすか

校 長 細江 幸次

早いもので新年度が始まり1ヵ月が経とうとしています。年度はじめの気忙(きぜわ)しい時期を何とかくぐり抜けたような感じです。そんな中、先日は授業参観、PTA 総会、学級懇談会に多数の保護者の皆様にお集まりいただき、ありがとうございました。各学級ともまずはよい滑り出しができたのではないかと感じています。「最初が肝心」という言葉がある通り、学級開きから「よいスタートを切ることを第一に、担任は子どもたちとともに学校生活を送ってきました。働き方改革が叫ばれる中ですが、学級・学校をうまく軌道に乗せるためにはそれなりの手間をかける必要があると考えています。その一つの区切りとしての参観日ととらえていたので、無事終えることができ、少し肩の力が抜けたというのが私の現在の心境です。



1 年生の給食の様子



命を守る訓練



1 年生 交通安全教室

明日からゴールデンウィークに入っていきます。新学年で気を張っていたのは私たちだけでなく、間違いなく64人の子どもたちも、それを見守るご家庭の皆さんも同様のことだろうと思います。特に新入学のご家庭においてはなおさらでしょう。どうか、このゴールデンウィークをうまく使ってゆっくり休息をとってください。ここであえて「休息」という堅苦しい言葉を使ったのには理由があります。端的に言えば、休みだからと言ってダラダラと過ごすことを良しとしないためです。せっかくの休みですから、自分自身にとってもご家庭にとっても有意義な休みにしてほしいと思っています。

「休息とは回復であり、何もしないことではない(ダニエル・W・ジョセリン)」という言葉があるように、様々な回復を図るゴールデンウィークにしていきたいと考えています。では、「様々な回復」とは、なんだと思いますか。私は次のように考えます。

＊ **身体**の回復……十分な睡眠時間、規則正しい生活(早寝・早起き・朝ご飯…生活の立て直しも含めて)、適度な運動とリラックスタイム 等

＊ **頭**の回復……わからないところ、苦手なところの学習を多めにやる(休み中、授業は進まない)、ゆっくり読書を楽しむ、普段気になっていることや興味のあることを調べてみたりする 等

＊ **心**の回復……思い切り遊ぶ、家族と楽しく過ごす、非日常(旅行 等)を楽しむ 等

コロナ禍が第4波の局面を迎えている中、特に「心の回復」についてはかなりの制約がつくと思いますが、その分、身体と頭については工夫の仕方によって、いろいろなことができそうです。そして、このゴールデンウィークにおける成果と反省は2ヵ月半後にくる夏休みにも生かされるはずです。ぜひ、そんな「少し先」も見据えながら有意義な休みにしてほしいです。