



## 心とからだの「ほっとウィーク」 ぼちぼち始めましょう

今年の夏も本当に暑い日が続きましたね。この猛暑の中、草木の剪定や雑草取り等、黙々と作業して下さった校務員さんたち、そして、真っ黒に日焼けされながら改修工事に取り組まれる業者さんたちには頭が下がります。また、ラジオ体操、盆踊り等、子どもたちのためにご尽力いただきました地域の皆様にも感謝申し上げます。教員たちも様々な研修や不審者侵入訓練、2学期に向けて頑張りました。



いよいよ2学期が始まります。私は、リモートの始業式でこんなお話をしました。『おはようございます！今日から2学期が始まりますね。さてズバリ聞きますよ。皆さんの今の気分は次のどれでしょう。①「やった～始まってうれしいな…」 ②「ああ～始まっちゃったか😞…」 ③「どっちもあるかな、半々かな…」 (リモートなのでどれくらい手が拳がったかはわかりません) 今思うと、校長先生の子ども時代はね、間違いなくいつもダントツの②でした。理由はね、校長先生、宿題を早く済ませるのが苦手な子どもだったのです。だから、夏休みの最後はもう大変でした。「なんでもっと早くやっとかへんのん！」とお母さんに叱られて、悲しい気持ちだったことを思い出します。きっと、皆さんの中にもいろんな思いで今日、学校に来たことと思います。何はともあれ、校長先生からの一番大きな宿題「大きな事故にあわず、元気に始業式に来る」を成し遂げてくれた皆さん、校長先生はとっても嬉しいです。



今日から来週までの一週間を、校長先生は今年も「ほっとウィーク」と名付けます。意味は2つ。一つ目は、まだまだ暑いホットな日が続きますから、あまり最初から無理をしないで、からだを慣らしいきましょう…という「からだのほっとウィーク」。二つ目は、楽しかったことはもちろん、不安なことや「もう最悪やってん！」みたいなこともいっぱいお友



達や先生とお話して、心をほぐしていく「心のほっとウィーク」です。長い長い2学期ですから、最初から飛ばし過ぎなくていいですよ。心と体をほぐしながら、「ぼちぼち」進んでいきましょう。今日、もし学校に来ることができていないお友達がいたら、どうかエネルギーを分けてあげてほしいと思います。以上、校長先生からのお願いでした。これでお話を終わります。』

こんなお話です。夏休み明けは、様々な不安を抱える子どもたちが多い時期と言われています。まずは子どもたちの不安に向き合い、「ほっとウィーク」から2学期を始めていきますので、ちょっと気が重いというお子さんも、何とか学校へ送り出していただけたら有り難いです。「ぼちぼちいこう！」を合言葉に、心と体のリズムを少しずつ整えていけますよう、ご家庭でのご協力をお願いいたします。