

笑楽幸



土佐清水市立清水小学校
校長室便り 令和3年7月19日

梅雨からの解放！

土曜日から日曜日にかけて大荒れの天気となり、日曜日に予定していた個人面談では、実施途中での中止となり、安心メールではお知らせしたものの連絡が不十分で保護者のみな様には大変ご迷惑をおかけしました。

災害避難情報も出ている中での実施で保護者のみな様には、ご心配とご迷惑をおかけしました。メールでもお知らせしましたが、個人面談の実施ができていない保護者の方には8月1日、日曜日を再度面談の日として実施する方向ですが、その日が都合の悪い方は担任まで連絡をお願いします。再度文書を配布するので、詳細の確認をよろしくをお願いします。

このところ天候の急激な変化が全国で見られています。本当に短時間で大雨となったりしています。また場所が少しずれただけで雨の降り方も多く変わっています。みなさんご存じだと思いますが、「長いトンネルを抜けるとそこは雪国だった。」という文書がありますが、私はよく伊豆田のトンネルを境にずいぶんと景色が変わるのを感じることがありましたが、みなさんはどうでしょうか。

昨日のテレビでは全国版のニュースで土佐清水市の大雨の情報が放送されていました。少し前には熱海で大雨による災害もありましたが、最近ではどこで災害にあうか分からない状況です。

昨年度より地震災害を中心とした防災教育を進めていますが、自然災害は地震だけでなく、大雨等の災害についてもしっかりと命を守るための行動がとれるように取り組んでいきたいものです。

もうすぐ夏休みです。外で遊ぶ機会も増えてきます。身の回りにはいろいろなことが起きます。その時、いざという時にしっかりと考えて行動できるように日頃から生活していきましょう。

本日、過去最も長い梅雨があけました。梅雨明けとともに今度は熱中症がとて心配になる季節ですが、雨よりは晴れがいいですね。といいながらも天気でもほどほどが一番ですが…これから夏本番となり、夏バテも気になります。

ご存じとは思いますが、暑さに身体が対応できずに起こる食欲不振や疲れなどを指して夏バテと言われています。

以前は夏バテ知らずだったように記憶していますが、いつ頃からか体力不足の訪れを感じながら夏バテも感じるようになってきました。

夏バテは工夫次第で予防できるので、しっかり暮らし方を見直していく必要があります。小学生だから…若いから大丈夫…ではなく、こまめに部屋の温度を調節し、外との温度差を少なくする

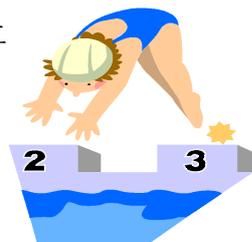
など身体の負担を減らすことも大切です。そして何より『食』は大切です。量より質を大切に3食バランスよく食べて、しっかりと水分補給しながら上手に過ごしたいものです。

ちなみに若いから…と前説で書きましたが、作業をしていて思うことは、昔と今は暑さが違うかも知れませんが、草刈りや畑をしても私より年齢の高い人の方が長い時間動いていることの方が多そうに思います。

ではなぜ？って考えたときに思うのが、若い頃からずっと鍛えてきたことを感じます。そして働くときに大切なのは段取りです。長年働いてきて働き方のノウハウがあるからではないかと感じます。

総て全力ではなく、どこかの場面で力を入れて、どこで力を抜くのか仕事のメリハリがあることを感じ、自分自身も習うことが多いあります。

とは言え決して無理ができません。今週は、東京都では緊急事態宣言の中、1年越しの東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。オリンピックが重なり4連休にもなっています。コロナ感染の拡大はとまりませんが、参加する選手には精一杯練習の成果を出して頑張っている姿をテレビで応援しようと思っています。



まだまだ精進しなければ…

「人はみな不注意なもんや、人に言われたときに素直に聞くことが大事なんや」と【宗で薬師寺の管主だった高田好胤（たかだ こういん）さん】の言葉です。

以前の校長室便りにも書きましたが、「人が成長するためには素直になることが大切です。」という思いを書きましたが、私自身日々反省することが多くあります。

他人から自分のミスや間違いを指摘されると、反射的にむっとなってしまふことが多くあります。間違いへの指摘を自分に対する攻撃のように感じてしまい、とっさに身構えてしまいます。そのため言葉遣いもかわり、それまでは双方向の対話だったものが、一方的に話すことになります。当然その人との関係は、ギクシャクしてしまい、あとで（ああしとけばよかった。あんな風に言ったら良かった）と反省ばかりしています。まだまだ修行が足りません。

さて1学期を振り返り、児童はもちろんですが、保護者や地域の方からの言葉にしっかりと耳を傾けることができたかと考えてみたら反省することばかりです。

人にミスや誤りを指摘されたら素直に感謝する。そうすればただ反発するよりも、たくさんの利益を得ることができようと思います。

いよいよ明日は1学期の終業式。71日間の1学期、学校を嫌がらず元気に登校してくれた258名の子どもの声をしっかりと聞いて、ステップの2学期につなげようと思います。