

西東京市立東伏見小学校

校長 中嶋 太

西東京市東伏見6-1-28

Tel 042-463-4517

かけはし



学校HP

笑う門には

副校長 齋藤 信之

新年明けましておめでとうございます。昨年中は保護者・地域の皆様に多大なるご理解・ご協力をいただき、ありがとうございました。新しいこの1年も、子どもたちが笑顔で学び、楽しい思い出をたくさんつくれる年にしていきたいと思います。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

「笑う門には福来る」ということわざが示すように、普段から笑ったり笑顔でいたりすることで、様々なよい効果があると言われていています。最近流行りのAIで調べてみたところ、「免疫力の向上、ストレスの軽減、自律神経のバランス保持、社会的なつながりの強化などの効果があります。笑うことには多くの健康効果があり、心身の健康を促進するために積極的に笑うことが推奨されます。」と出てきました。確かに、笑うということは、楽しく朗らかな体験であり、心地よく晴れやかな気分をもたらしてくれます。誰かと大いに笑い合っているとき、互いに愉快的な気持ちを分かち合えていると感じ、幸せな気分になっている気がします。

私たち教職員は、子どもの心身の健やかな成長を支える職であります。そうであるならば、この「笑うこと・笑顔でいること」についてもおろそかにせず、日々子どもたちがどうしたら笑顔でいられるのかを考えるべきと言えます。「先生、できたよ！」と屈託のない満面の笑みで訴えてくる子どもの様子に勝る喜びはありません。

自分自身も、日々の仕事に追われるばかりでなく、周りの人が笑顔でいられるための一工夫を考えながら生活していきたいと思った次第です。（オヤジギャグは禁止したいと思います。）

「皆さんと共に笑顔あふれる日々を過ごせますように。」

初詣にはこんなことを祈願してまいりました。ぜひ、家庭・地域・学校でたくさんの笑顔が見られる1年にしましょう。

★1月 生活目標 外で元気に遊ぼう

寒さが本格的になってきました。寒さに負けずに体を動かすことで、体が鍛えられてたくましくなります。寒さが厳しいときでも、休み時間にたくさん体を動かしましょう。厚着をせずに、調節できる衣服を着るようにしてください。また、朝などに、ポケットに手が入りがちとなります。そのようなときは、安全確保のため、手袋を着用するようにしてください。

また、感染防止対策をしっかりと行い、十分な睡眠と食事をして健康に過ごすことができるよう、ご家庭でのご協力をよろしくお願いいたします。

生活指導部

3 すべての人に
健康と福祉を