



# 滝野南小学校便り

令和3年1月15日

## ご理解ご協力をお願いします

兵庫県にも緊急事態宣言が出され、先日、緊急メールでお知らせしたように、1月30日に予定していた学習参観やマラソン大会を中止することとしました。これまでも、子どもたちの生命安全を守るために、感染防止のためのご協力をお願いしてきました。このような事態になり、登校前の検温や健康観察カードへの記入、手洗いやマスク着用の徹底、不要不急の外出（特に20時以降）の自粛等、別紙「緊急事態宣言を踏まえた新型コロナウイルス感染防止対策の徹底について」をお読みいただき、感染防止対策へのご理解とご協力を改めてお願いいたします。学校におきましても、再度、感染防止対策の徹底を呼びかけ、対策を講じながら、毎日の教育活動に取り組んでいきます。

さて、心理学者の中村真先生が以下のようなことを書かれています。

私たちの体の動きと心の動きは、密接に関係しています。例えば、私たちは悲しいときに泣く、楽しいときに笑うというように、心の動きが体の動きに表れます。しかし、それと同時に、体を動かすことで、心を動かすこともできるのです。泣くと悲しくなったり、笑うと楽しくなったりするということです。

(略)

私たちの体と心は、それぞれ別々のものではなく、深く関わり合っています。楽しいという心の動きが、えがおという体の動きに表れるのと同様に、体の動きも心の動きに働きかけるのです。何かいやなことがあったときは、このことを思い出して、鏡の前でにっこりえがおをつくってみるのもよいかもしれません。

(「笑うから楽しい」光村図書小学校6年教科書46頁～47頁より)

「楽しい」から「笑う」というより、「笑顔をつくる」と「楽しくなる」ということ。「笑う門には福来る」と言われます。哲学者ウィリアム・ジェームズは「楽しいから笑うのではない。笑うから楽しいのだ。」と言っています。

笑顔には、「血行がよくなる」「脳の働きを活発にする」「ストレスの軽減」「自律神経のバランスを整える」「幸福感と鎮静作用」「免疫力を高める」などの効果があることは、科学的にもわかってきているようです。それが作り笑いであっても効果があると実証されているようです。「笑う門には福来る」という言葉も、うなずける気がします。

コロナ禍の中、先が見えない不安が続く今、つつい、眉間にしわを寄せてしまう毎日ですが、意識して笑顔をつくることを心がけたいものです。今よりも、子どもたちの笑顔が増えますように！子どもたちに明るい気持ちが広がっていきますように！

### ■オンライン朝会の話



オンライン朝会12回目は、大藤先生の「給食」の話でした。明治22年に始まった学校給食の歴史を振り返りながら、1月末の全国学校給食週間の意義等の話をしました。

### ■1・17を迎えて



26年の歳月が経過しました。避難訓練や防災学習を行いました。今後も、「備える」、「伝える」を続けていきます。

### ◆2月の予定

2日(火) 登校指導、ひと声、朝会  
委員会活動  
9日(火) クラブ活動  
10日(水) 6年薬物乱用防止教室  
12日(金) 入学説明会

15日(月) 登校指導、安全点検、  
小学校絵画巡回展(～19日)  
16日(火) 代表委員会  
26日(金) 貯金日