



切り替え

大型連休が終わりました。各ご家庭ではどのような過ごされ方をされたでしょうか。

休みは休みとして存分に楽しみ、日常に戻ったらしっかりと切り替えることは、大人の世界でも大切なことです。この切り替えがうまくいかない大人も最近増えてきているとも聞きます。

大人は子どもの未来の姿です。気持ちの切り替えがうまくいかない大人はどのような成長過程をたどってきたのだらうと思ってしまうます。

気持ちの切り替えを適切にできる大人になるには、子どもの時からの適切なトレーニングが欠かせないと思います。

学校ではこれから運動会に向けた練習等が始まります。5年生は牡蠣の種付けが明日(5/8)行われます。また、4月から行われている健康診断関係も随時あります。

特に運動会の練習に関しては、熱中症対策も図りながら進めることになりますが、連休明けの生活リズムの乱れから体調を崩しては元も子もありません。気持ちに乗らず、十分な練習ができないまま本番を迎えるのも子どもたちが望むところではないと思います。

また、大型連休ばかりでなく、土日に様々な試合や家庭での外出等で月曜日に不調を訴える子、果ては「土日に疲れたので月曜日休む」という子が最近の学校を顧ると、増えてきていることも感じます。

保護者には「教育を受けさせる義務」があり、児童生徒には「教育を受ける権利」があります。義務と権利を十分履行するには、日々の生活習慣がとても重要になっています。