

学校だより

10月号

教育目標「確かな学力と豊かな人間性を備えた児童の育成」

本当に暑い夏でした

朝晩、涼しくなってきました。今年の真夏日は、24日までに78日間だそうです。4年前は45日間ですから、本当に暑かったことがわかります。子ども達が夏を元気に乗り越えられたのも、保護者の皆様のご協力があったからです。本当にありがとうございました。

後々後悔するのは…

鳥取県立境高等学校の酒井敏彦校長が学校の文化祭のイベントで体育館の2階から生徒達に叫んでいる動画を見ました。

～校長、魂の叫び～
境高校の酒井である！
君たちに言いたいことがある！
高校の時にもっと勉強をしておけばよかったと後悔する人は五万というが、
もっとユーチューブを見ておけばよかったと後悔する人なんかいないんだ！
今はもっと勉強せえ！

短い言葉ですが、**わかりやすく真理をついています**。共感できる人が多いでしょう、いいねが59,000件もついています。我が家でも早速息子に見せました。

授業参観・窓そうじありがとうございました。

24日（水）に授業参観・スクールフォーラム・学級懇談会がありました。本当にたくさんの方にご来校いただきました。

授業参観の前には廊下や教室の窓そうじをしていただき、**教室が明るくすっきりしました**。窓は普段のそうじではできないので、本当にありがたいです。

たくさんいただいたアンケートの1つを紹介します。

授業参観の前に窓拭き掃除に参加させていただきました。教室の窓拭きをしていると、一人の女の子が寄ってきて、「**掃除をしてくれてありがとう！**」と声を掛けてくれました。

とてもうれしい気持ちになりました。

「ありがとう」と感謝を直接伝えられると本当にうれしいですね。幸せな気持ちでいっぱいになります。

「**ありがとう**」を言う人も言われる人もお互いに**幸福感が高まり、「幸せホルモン」が分泌され、ストレス軽減やポジティブな感情の増加につながる**ことが明らかになっています。

自分から普段会っていない人に「ありがとう」と伝えるのは勇気がいることです。きっとお家は幸せホルモんで満たされているのだと思います。



インターネット依存度チェック

5問以上に○で「インターネット依存の疑い」があります

お子様とチェックしてみてください

1	あなたは、自分がインターネットに心を奪われていると感じていますか。	
2	インターネットを使っている時間をだんだん長くしていかないと、満足できなくなっていると感じていますか。	
3	インターネットの使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたけれども、うまくいかなかったことが何度もありましたか。	
4	インターネットの使用を制限したり、完全にやめようとしたらすると、落ち着かなくなったり、機嫌が悪くなったり、気持ちが沈んだり、またはイライラしますか。	
5	使いはじめに考えていたよりも、長い時間オンラインの状態ですごしてしまいますか。	
6	インターネットのために、大切な人間関係、仕事、勉強や出世の機会を失いそうになったことがありますか。	
7	インターネットへの熱中しすぎを隠すために、家族、治療者や他の人たちに対して、嘘をついたことがありますか。	
8	問題からのがれるため、または、嫌な気分から解放される方法としてインターネットを使いますか。	

※ 石川県「親子のホッとネット大作戦」より