

進んで  
やりぬく  
子ども

＝学校教育目標＝

- みんな仲良く生活する子どもになろう
- 深く考え進んで勉強する子どもになろう
- 健康な体と心をつくる子どもになろう
- きまりを守り最後までやりぬく子どもになろう
- 身のまわりを美しくできる子どもになろう



行事や下校時刻は、あくまでも予定です。週ごとの学年通信等でご確認ください。

プレッシャーと緊張

校長 村瀬清史

例年になく早く桜前線が散布の地に到達し、今年度の学校教育も2か月を過ぎようとしています。学校では今週末に迫った運動会に向け、児童生徒とともに教職員も一所懸命練習に取り組んでおります。

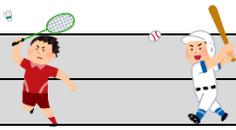
さて、どの学校の運動会でも徒競走は行われていますが、スタートラインに立った時、緊張した人もいることと思います。また、プレッシャーを感じて力を出し切れなかったことがある方もいるかもしれません。それでは、どうして緊張したりプレッシャーを感じたりしてしまうのでしょうか。

プレッシャーとは、精神的なストレスとして、他人からの何らかの要求や期待に応えるために感じる緊張感のことを指します。周囲の人はその人に対して「君ならできる」「君には期待している」と考えることからプレッシャーは生まれます。つまりプレッシャーは周囲がつくりだすものということです。プレッシャーは期待の裏返しといえます。逆に期待されない人間にはプレッシャーはないということになります。このように考えると、プレッシャーは喜ぶべきことであり、ありがたいと解釈すべきものであるということになります。

これに対し緊張は、失敗を恐れたりして心を張り詰め、身体を固くするという事です。つまり、緊張は自分が生み出すものということです。「勝ちたい」、「うまくやりたい」という気持ち、真剣な気持ちやよりよくしようと思う気持ちから緊張が生まれます。

それでは、緊張しなくなるためにはどうすればよいのでしょうか。「緊張」しなくなるためには、「どうでもいい」ということです。そうすれば気持ちがラクになり緊張することもなくなるでしょう。しかし、本当にそれでラクになるのでしょうか。逃げることは、緊張しなくなるための正解なのでしょうか。私は、本当の意味でラクになるとは、あらゆるプレッシャーや緊張と向き合い、それらを克服したところから生まれるものであり怖いほどの緊張感の向こうこそ、ラクになれる場が待っていると思います。つまり、逃げずに全力で立ち向かうことが、プレッシャーや緊張から解放されることになるということです。そのように考えると緊張は、自分を大きく成長させるための絶好の機会ということです。

さて今年度の運動会は、久しぶりに地域のみなさまにもご覧いただけるよう準備を進めております。子供たちは、プレッシャーや緊張の中、運動会という大舞台に立つことになります。お忙しいとは存じますが、ぜひ足をお運びください。そして、子供たちの真剣に競技に取り組む姿を見て、力いっぱい声援をいただきますようお願いいたします。ぜひ、お待ちしております！

日	曜	6月の行事予定	小:下校	中:下校
1	木		14:20/15:10	15:20
2	金	運動会実行委員会④	14:20/15:10	15:20
3	土			
4	日	地域大運動会 	12:00	12:00
5	月	振替休業		
6	火		14:20/15:10	15:20
7	水	内科検診	14:20	14:20
8	木	中3:保育所訪問	14:20/15:10	15:20
9	金	小:スクールカウンセラー来校	14:20/15:10	15:20
10	土			
11	日			
12	月	朝会 小56:自然体験学習事前学習	14:20/15:10	15:20
13	火	午前授業	13:00	13:00
14	水	中:中体連壮行会	14:20/15:10	16:00
15	木	眼科検診	14:20/15:10	15:20
16	金	小:委員会 中:委員会 	14:00/15:30	16:00
17	土	バド・野球:中体連		
18	日	バド・野球:中体連		
19	月		14:20/15:10	15:20
20	火	小:自然体験学習(藻散布海岸) 小:クラブ	14:00/15:30	15:20
21	水	会議時程 小14中1:耳鼻科検診	14:00/14:50	15:00
22	木	小56:租税教室	14:20/15:10	15:20
23	金	歯科検診 漢字検定	14:20/15:10	15:20
24	土	野球:中体連 部活動停止(~28日)		
25	日			
26	月		14:20/15:10	15:20
27	火	小:移動図書	14:20/15:10	15:20
28	水	避難訓練A 中:移動図書 	14:20/15:10	15:20
29	木	中:前期中間テスト	14:20/15:10	15:20
30	金	小:委員会 避難訓練A予備日	14:00/15:30	15:20

## PTA 奉仕作業



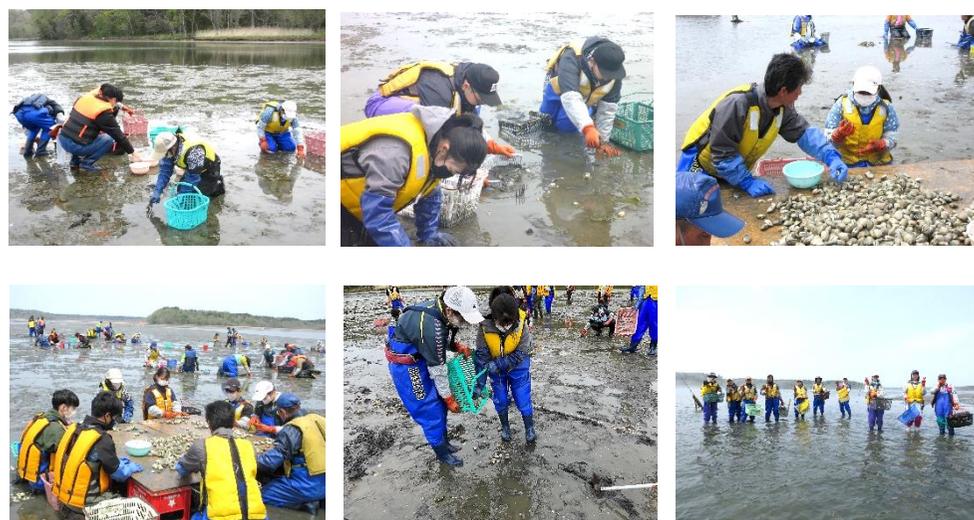
5月14日(日)にPTA奉仕作業を実施しました。水槽清掃、花壇や砂場の土起こし、排水溝清掃と、様々な作業にご協力いただきました。次々と整備されていく様に、保護者の皆さんのお力の偉大さを再認識しました。ありがとうございました！



## 今年の収穫量は…



5月18日(木)、19日(金)のあさり島活動では、昨年度を上回る547kgの収穫があり、約37万円の収益がありました。文化祭や地域大感謝祭等を通じて、学びの成果を発表したり、ご協力いただいた保護者や漁協の皆さんに感謝の気持ちをお伝えしたりできるよう、今後の学習を進めていきます。



## 長楽会の皆さんと

5月19日(金)、小12年生が長楽会の皆さんと一緒に花壇作業を行いました。植え方を教わりながら取り組む子供たちはとても楽しそうで、教える長楽会の皆さんからも笑顔があふれていました。久々の一緒の活動でしたが、とても温かな空気が流れていました。



## 教育大新入生研修

5月26日(金)、教育大学釧路校の1年生12名が来校し、子供たちと交流したり、学習の様子を参観したりしました。学生たちからは、「散布の子供たちと関わって、先生になりたいという思いを強くしました！」という声が聞こえてきました。



## 運動会、がんばるぞ！



5月30日(火)の朝会では、各学級からの意気込み発表がありました。どの子からも、「楽しみたい!」「がんばりたい!」という気持ちが伝わってきました。保護者、地域の皆さん、運動会当日は子供たちに大きな声援をよろしくお願いいたします！  
※悪天候等による延期連絡は、当日の朝6:40頃、安心・安全メールでお知らせします。



## 浜中町少年の主張大会

5月27日(土)、校内選考会で選ばれた中学生3名が出場しました。「SNSの使い方」「校則の在り方」「家業への感謝」と、それぞれの思いを堂々と発表することができました。

