

長万部の

教育

コーナー



今、学校では

青空の下でハイキング

さかえ保育所

お誕生会のレクリエーションでハイキングに行ってきた。りす組（3歳）・きりん組（4歳）・ぞう組（5歳）の異年齢児3クラスでのハイキング。おうちの人が作ってくれたおいしいおにぎりと水筒も忘れずに、目的地のふれあい公園までいざ出発！車に気をつけて、ぞう組さんはりす組さんの手を頼もしく引いてくれました。行く途中、コスモスの花を見たり、トンボを見ついたり、秋の自然を身近に感じる事ができた様子の子どもたち。公園では、お友だちと仲良くすべり台に乗ったりサッカーをしたりして楽しい時間はあっという間です。たくさん遊んでお腹がすいた後は、みんなでシート



を敷いてお楽しみの食事の時間！お外で食べるご飯は味が一段とおいしく感じ、笑顔が溢れていました。いっぱい遊んでいっぱい食べて、体も心も大満足な子どもたちでした。来年も天気に恵まれ青空の下ハイキングが楽しめますように。

新入学児童の健康診断を行います！

来年4月に町内の各小学校へ入学する児童は、学校保健安全法の規定に基づき、就学时健康診断を受けなければなりません。

対象となる保護者の方には、すでに通知しています。必ず診断を受けて下さい。

なお、通知が届いていない場合は、右記までお問い合わせ下さい。
※就学校の変更を希望される場合は、理由により変更が可能ですので、事前に相談して下さい。

記

▶日時 令和3年11月12日（金）13時30分
▶場所 ふれあい健康センター（役場内）
▶対象 平成27年4月2日から平成28年4月1日までに生まれたお子さん

【問い合わせ先】

教育委員会学校教育課学校教育係
（TEL）2-2748

命を守る力を養う

「1日防災学校」を終えて

長万部中学校

10月11日（月）に長万部町役場・同教育委員会の全面的な支援のもと、全校生徒で防災学習を行いました。当日は①防災講義と避難所で使用するダンボールベッドの組立（講師…役場総務課）、②地震体験車による震度7の体験（講師…伊達消防署）、③AEDの使用体験をはじめとする救命救急・救急搬送の体験学習（講師…長万部消防本部）、④避難所運営体験ゲーム「Dオはぐ」、⑤災害用非常食の試食体験（役場提供）、⑥予告無しでの避難訓練、と盛りだくさんの内容を終日実施しました。

今回の目的は「命を守る」ための防災意識の向上です。また、中学校は避難所にも指定されており、いざというときに中学生ができることを考え、身につけ、避難所運営に貢献できる力を養うことも今回の目標の一つでした。防災講義では過去の地震による長万部町内での被災状況の記録写真を見ながら説明を受け、日頃利用している施設の当時の様子に驚き、聴き入る生徒の姿がありました。このように全ての生徒が終始真剣に取り組んでおりました。

災害はいつ起こるかわかりません。訓練はもちろんですが、その時命を守るために自分で考える力が必要です。今後も学校として、地域と共に防災学習に取り組んで参ります。





8月 夏休み作品展



8月24日 2年芋掘り①



8月24日 2年芋掘り②



8月24日 2年芋掘り③



9月13日 6年持久走記録会



9月21日 2年旗の波運動



「一笑一若一怒一老」
いっしょういちやくいちどいちろう

長万部中学校長

雨澤 啓司

中国にこんな言葉があるそう

というわけです。

です。「一笑一若一怒一老」、文字をそのまま捉えたと「一回笑うと一つ若返り、反対に一回怒ると一つ年を取る」ということになり。またこの言葉は、精神科医であり作家でもある齋藤茂太氏の座右の銘で、彼によると、人間は「笑えば笑うほど若返り、怒れば怒るほど老いていく」という意味をもつそうです。

反対に笑うと脳内に「エンドルフィン」というホルモンが分泌され、このホルモンは若さを保ち、癌をやっつける最強の脳内ホルモンだそうです。つまり「一笑一若」というわけです。

これまでこの言葉は「気持ちの問題だ」「気分だけ若返るんだ」など受け取られてきましたが最近、これは医学的にも正しいと言われてきましたから驚きです。その一つとして、笑うとき動かす筋肉は10〜20と言われているますが、怒るときは笑うときの数倍の筋肉を使うと言われています。怒るという行為はシワをつくることになるようです。

笑いは自分の健康に役立つだけでなく、周囲にも良い影響を与えることになります。

「笑う門には福来たる」ということわざは、笑い声の絶えない家には、いいこと、幸せがやって来ると教えています。学校においても、いつも笑いに包まれている学校は、みんながいきいきとして、若々しくなり、逆にいつも怒ったり緊張ばかりしていると、老け込んでしまいます。たとえしくじったり失敗したりしても、「もっと、しっかりした人間になるために、神様が私を試しているんだ」と、前向きに受け止め、明るく元気にチャレンジすると心も身体も若返り、はつらつとしてきて、幸福が駆け足でやってくると思います。誰に会っても笑顔で優しい表情を見せるため、心もいつも笑顔でありたいものです。

また、最近の医学の説明によると次のようになります。人間は怒ると脳内にある「ノルアドレナリン」というホルモンが分泌され、このホルモンが人間の体には有毒で、体を老化させるそうです。まさに「一怒一老」