



# 明日香・聖徳通信



令和6年10月16日発行 校長 角田 哲典 第6号

## 「こころ」「からだ」を鍛え大きな実りを！

ようやく暑さも落ち着き、過ごしやすい季節となりました。秋は爽やかで何をするのにもふさわしい季節ですから、「〇〇の秋」と言われることも多く、スポーツの秋、芸術の秋、読書の秋など、いろいろな秋が思い浮かびます。

### □スポーツの秋

先日、小学校において体育大会を、中学校において体育祭を実施しました。今年は熱中症対策や雨天による影響のため、限られた条件下での練習となりましたが、それぞれ小・中のテーマ通り「一致団結」(小)・「精神一到」(中)のもと、「明日香っ子・聖中生らしさ」を発揮してくれました。

体育大会・体育祭は同年齢の学級集団や異年齢の集団(たてわり)の中で子どもたち自ら主体的に考え、お互いにアドバイスをしたり、されたりしながら、失敗と成功を繰り返して、自分たちの力で一つのことを成し遂げることに大きな意義があると思います。今年もその点では、とても大きく成長できた体育大会・体育祭だったと思います。

また、保護者のみなさまには観覧に際してのご理解とご協力のおかげでスムーズに体育大会や体育祭を実施することができました。テントの設営や撤収等にご協力いただきましたこと重ねて御礼申し上げます。

(中学校) 10月2日(水) 実施 体育祭テーマ「精神一到 ぶちかませ聖中魂」



(小学校) 10月5日(土) 実施 体育大会テーマ「一致団結 輝け笑顔MAX」



### □読書の秋

読書は、言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、創造力を豊かなものにします。人生を、より深く生きる力を身につけていく上で欠くことのできないものです。ある調査によると就学前

から中学校時代までに読書活動が多いほど「未来志向」「文化的作法・教養」「社会性」「自己肯定」「関心・意欲」「論理的思考」の全てにおいて、意識・能力が高いという結果が出ています。

(国立青少年教育振興機構の調査より)

特に、就学前から小学校の低学年までの「家族から昔話を聞いたこと」「本や読み聞かせをしてもらったこと」「絵本を読んだこと」という読書活動は大人になっても「社会性」や「文化的作法・教養」との関係が深いようです。

学校でも、子どもたちに読書を好きになるように、読書量が増えるよう取組を強化しています。ぜひ、明日香村の図書館も利用してたくさんの本と出会い、読書の楽しさを体感して欲しいものです。学校でも繰り返し指導していますが、子どもたちの生活リズムの中に読書の時間が位置づくよう、ご協力をお願いします。

## □芸術の秋 ～第9回幼小中交流音楽会～

今年は幼小中交流音楽会を平日に開催します。昨年度まで、休日開催としていましたが、中学校において休日に部活動の対外試合を設定されることが多いため、当日音楽会に参加できない生徒が少なからずいました。第9回目の交流音楽会はできるだけ幼小中の子どもたちが全員参加できるように平日開催といたしました。プログラムや駐車場のご案内等は後日連絡いたします。どうか楽しみにしててください。

○日 時 令和6年11月8日(金)

○時間帯 第1部 幼稚園太鼓演奏・(幼・小1年～4年)の合唱及び合奏

第2部 中学校吹奏楽部演奏・(小5年～中3年)の合唱及び合奏

○場 所 聖徳中学校体育館

### 「笑顔の効能」

以前読んだ雑誌の中に、「笑顔の効能」という話がありました。昔からの生活の知恵を表す言い伝えやことわざには、今でも役立っているものがたくさんありますが、笑顔にすることわざもたくさんあります。例えば「笑いは人の薬」「笑う顔に矢立たず」「笑う門には福来たる」などです。笑顔の人を見ていると気持ちがふっと和んだ経験はありませんか？やはり笑顔には不思議な力があると思います。

その話には笑顔の効能として①ストレス解消、プラス思考に変わる②免疫力アップ③血行促進④人間関係の潤滑油⑤自律神経の安定⑥美容効果等々。笑いと医療の研究でも、笑うことは免疫力を高め、不安な気分を抑えてくれるといわれています。笑顔になるためには、前向きな心掛けが大切だそうです。笑顔は、自分だけでなく相手の気持ちも気分も和らげ、心身をリラックスさせてくれます。

いつも笑顔でいることはなかなか難しいことではありますが、生活様式にいろいろな制約があるこんな時だからこそ、笑顔で乗り切っていきたいと思っています。まずは笑顔の「おはようございます」から・・・。