

みたけ夢だより

5月号

横浜市立みたけ台小学校

横浜市教育情報ネットワーク【Y・YNET】公開サイト <http://www.edu.city.yokohama.jp/sch/es/mitakedai/>

からだの健康とこころの健康 ～ホッとする時間・場面を大切にしましょう～

校長 羽田 敏隆

皆さま、お元気ですか？

新型コロナ対応の休校に際し、追加の学習課題を4月21日から学校での配付及び家庭へのポスティングでお渡ししました。ご協力ありがとうございました。

久しぶりに子どもたちや保護者の方にお会いすることができました。3密を避ける配慮で、ゆっくりお話しすることはできませんでしたが、「おはようございます」というあいさつや、目と目が合うそのわずかの時間でもあったかい気持ちになりました。ホッとすることができました。

**校門のサクラ 素敵なお新緑に！
季節は着実に進んでいますね**

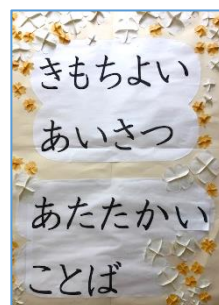


オキシトシンで幸せな気持ちに！

「幸せホルモン」「癒しホルモン」などと呼ばれるオキシトシンをご存じですか？

幸せな気持ちになれたり、ストレスが緩和されたり、不安が減少したり。学習意欲や記憶力の向上の効果もあると言われているこのオキシトシン。手をつなぐといったスキンシップだけでなく、「こんにちは」「ありがとう」「ごちそうさま」など顔を合わせての挨拶でも分泌されるそうです。さらに電話のおしゃべりの中での「相手を思いやるような言葉かけ」や「映画やアニメ、読書での感動」などからもオキシトシンが分泌されることがわかってきています。自分も周りの方々も幸せな気持ちになれるような「人と人とのふれあい」・「声掛け」・「心配り」・「行動」をいつも以上に大切にしたいと思います。

今、緊急事態宣言で「学校再開にめどが立たない」「外出禁止」等々、ストレスを感じるが大変多い状況にあります。「みんなで頑張ろう」「ひとりじゃないよ」という思いを大切にしつつ、「発想を変えて楽しむ」・「新たな視点で考える」・「チャレンジする」という姿勢でこの状況を乗り越えていきましょう。



**どんなときでも、
私たちの“みた小”はここにいます！
子どもたちの元気な姿がここにあふれることを
とても楽しみにしています！！**



藤棚もすっかり緑に！



見るだけでほっこりする7クワウ君とクマの親子です。技術員の石塚さんの作品です。名前募集中です！

4月号の中でのお名前に間違いがありました。お詫びして訂正いたします。
教職員紹介 スクールカウンセラー 齋藤圭 先生 → 齊藤圭 先生
離任者紹介 藤本尚美 副校長先生 → 藤本尚子 副校長先生