

48 一息

森東スポーツフェスティバルや愛川宿泊体験学習が終わりましたが、来月は日光修学旅行や新1年生を迎える就学時健康診断が待ち構えています。どの職業も同じだとは思いますが、学校もなかなかほっとできる時間はなさそうです。

大きな行事の前には、どうしても学校職員も子どもたちも、やっておくべきことや時間に追われがちです。そんなとき、すーっと深呼吸をすることで気持ちが落ち着くことがあります。いったん動きを止めて、まさに一息つく。これだけでずいぶん変わってきます。

季節の変わるこの時期、じっくりと学びに遊びに取り組むためにも、一息が大切です。