



## あいさつとラーメン

新緑の5月が過ぎ、あつという間に6月になります。また、暑さも本格的になってきました。学校では、熱中症に気を付けながら、学校生活を楽しく送れるように取り組んでいます。熱中症予防には水分補給が大切になりますので、毎日お茶を持たせて下さい。また、十分な睡眠や食事をとるようによくお願いいたします。

HPでもお知らせしましたが、1年生が中間テスト前に「あいさつすれば福来る！！キャンペーン」に取り組みました。あいさつは、「(あ)明るく、(い)いつも、(さ)先に、(つ)続けて」などと言われるように、人間関係や意思疎通における基本的な行為です。そしてみんなを元気づける不思議な言葉です。

しかしながら、気恥ずかしさがあったり、別なことに注意が向いていたりすると、タイミングを逃してしまうことがあります。

あいさつが大切だということは、誰もが頭で理解できますが、実際には、社会人の新人研修でも取り立てて行う必要があるほど、なかなか身につかないことの1つかもしれません。

あいさつというと、私の家の近所にあるラーメン屋さんを連想します。この店は間口の狭い、お世辞にも新しいとは言えない店です。しかし、味は抜群で、店員さんがテキパキと働き、気配りや心配りが行き届き、それでいて押しつけがましや嫌気のない素晴らしい接客をする老舗です。

私は、いつも注文するお決まりのラーメンを食べながらぐりと周囲を見渡すと、店主や店員さんのあいさつや言葉かけに対して、返事やあいさつを返しているお客さんが多いこと！

「いらっしゃいませ！」から「また、お待ちしております！」まで、お客の立場や気持ちに沿って臨機応変な言葉が交わされています。お腹がすいて眉間に皺(しわ)を寄せて店に入ってきたお客さんが出る時には、「ごちそうさま、また！」と笑顔に変わっています。この店でどんなあいさつが交わされているか、皆さんにも、きっと想像できると思います。

この店のあいさつを見ていると、言葉という単なる空気の振動が、相手の表情や行動を変化させる力があることを改めて感じます。一方で、おなかがいっぱいになっても、値段が安くても、「もう二度と来たくない」と思うお店もあります。

「あいさつは魔法の言葉」とも言われます。あいさつは、自分自身や自分の身の回りを変えていく力をもっています。海外でも、その国の母語であいさつをすると、その場の雰囲気ぐとよくなります。皆さん自身で、自分が属する集団や場、その時間や社会の雰囲気をよく変えるべく、一人ひとりが学校の内外によりよい変化を生み出すことに挑戦していきましょう。

校長 堀内 一憲

### 熱中症予防！

現在、マスクの着用は、個人の判断に任されていますが、授業の様子を見てみると、着用している人が圧倒的に多いようです。しかしながら、環境省、厚生労働省の情報では、マスクを着用していると熱中症のリスクが高まるとされています。以下の点に注意して、熱中症を予防しましょう。

#### 暑さを避けましょう

- ・涼しい服装、日傘や帽子
- ・少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
- ・涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ

#### のどが渇いていなくてもこまめに水分補給しましょう

- ・1日あたり1.2Lを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

#### 暑さに備えた体づくりと日頃から健康管理をしましょう

- ・暑さに備え、暑くなり始めの時期から、無理のない範囲で適度に運動（「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる程度で毎日30分程度）

- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず静養

～環境省 HP 熱中症予防情報サイトより（一部抜粋）～

### 6月の主な行事予定 6月は食育月間です！

- 1日(木) 歯科検診【全学年】 尿検査二次
- 2日(金) 尿検査二次(予備)
- 4日(日) ~5日(月) 2年生宿泊学習
- 6日(火) 2年生代休
- 9日(金) 教育実習最終日
- 11日(日) ~13日(火) 3年生修学旅行
- 14日(水) 3年生代休
- 15日(木) テスト1週間前
- 19日(月) 進路説明会【3年生保護者対象】  
受付：15：40～ 開始：16：00～
- 20日(火) テスト質問日
- 21日(水) 期末テスト(給食なし)
- 22日(木) 期末テスト(給食なし)
- 23日(金) 期末テスト(給食なし)
- 27日(火) 全校集会 合同委員会
- 29日(木) 1年生ととと交流会



6月のカウンセラー(中川先生)来校予定は、6日、13日、20日、27日です。相談希望の方は事前の予約をお願いします。

### PTA総会(書面決議)の結果のお知らせ

令和5年度PTA総会につきまして、書面決議を行わせていただいたところ、すべての案件が可決されたことをご報告いたします。ご協力いただきまして、ありがとうございました。



学校諸経費について  
今月の振替は  
6月12日(月)です。  
よろしくお願いします。

