



## 「夏本番」

教頭 檜山 亮

いよいよ、明日から夏休みが始まります。最近、気温がぐんと上がり、まさに「夏本番」です。昨年の夏は記録的な猛暑となり、子どもたちの安全を守るために、道内各地の学校で活動制限や臨時休業を余儀なくされるなど、教育活動に大きな影響を及ぼしました。このことにより、翌年(つまり今年)の夏休みが延長されることが決定し、本校においても例年よりも長い夏休みを迎えます。

「夏といえば?」と尋ねられたら、皆さんはどんなことを思い浮かべるでしょう。「海水浴」「スイカ」「夏祭り」...など、いろいろなイメージがあるのではないのでしょうか。我が家の中学2年生の息子に尋ねてみたところ、「花火」「水風船」「かき氷」との答えが返ってきました。楽しいイベントや遊び、旬な食べ物など、夏に対する期待感が伝わってきます。親としては、中学2年生の夏は「勉強」「勉強」「勉強」であることを望んでいるのですが、なかなかそうはならないようです。と言いながら、私も「夏といえば?」と尋ねられたら、「海でバーベキュー」と答えます。保護者の皆さんなら、「ビアガーデン!」と答える人も多いかもしれません。このように、楽しいイメージがたくさんある「夏」ですから、きっと本校の子どもたちも、それぞれに「夏といえば〇〇!」という楽しいイメージや期待感を持っていると思います。ぜひ、子どもたちがイメージする「夏」を満喫してほしいと願っています。もちろん「夏休みの宿題」というのも「夏といえば?」を代表する楽しみ(?)の一つです。本校の子どもたちなら、きっと満喫してくれることでしょう。さて、夏といえば、「夏バテ」の心配もあります。夏バテは、温度差による自律神経の乱れや、高温多湿の環境による発汗の異常、寝苦しさによる睡眠不足などが原因で起こるそうです。夏バテを防ぐ方法を調べてみたところ、7つの対策が書かれていました。

- |                    |                 |
|--------------------|-----------------|
| 1 生活リズムを整える        | 2 冷房で身体を冷やしすぎない |
| 3 入浴時は湯船につかる       | 4 睡眠をしっかりとる     |
| 5 適度な運動を心がける       | 6 こまめに水分を補給する   |
| 7 栄養バランスの良い食事を心がける |                 |



これら7つとも、それほど難しい対策ではありませんが、夏休みの生活ではついおろそかになってしまいがちです。子どもたちがそれぞれの「夏」を満喫するためにも、御家庭での夏バテ対策をよろしくお願いいたします。

今年度の2学期の始業式は8月27日です。気になって昨年の8月27日の札幌の気温を調べてみたところ、30.7度の真夏日でした。昨年と同様に今年の夏も暑くなることが予想されています。そんな暑さを少しでもやわらげるために、すべての教室に窓枠エアコンを設置しました。小型で出力もそれほど大きくないため、効果がどれほどのものか心配でしたが、使用してみると湿度も下がり、かなり涼しく感じます。必要に応じて扇風機も併用するなど、できる限りの暑さ対策を講じて教育活動を行っております。2学期も、変わらぬ御理解と御協力をよろしくお願いいたします。どうぞ、明日から充実した夏休みをお過ごしください。



## 幼児児童生徒の様子



### 幼稚部 おとまりかい

7月4日、5日に年長組のお泊まり会をしました。今年から夏祭りとは別に行うことになったため、全ての日程を年長組だけで行いました。消防署見学に行ったり、夕食にウインナーチーズカレーを作ったり、肝試しや花火をしたり、たくさん楽しいことをして過ごしました。

布団を敷いて横になると「ママに会いたくなっちゃったな。」と少し弱音も聞こえてきましたが、疲れていたこともあり、ぐっすり朝まで眠ることができました。いろいろな場面で3人が相談したり、協力したりして過ごす様子が見られ、更に3人の絆が深まったお泊まり会となりました。(桑谷)



### 小学部 宿泊学習



7月1日～7月2日の2日間、宿泊学習を行いました。自分たちで考え、協力して行動し、ルールを守り、楽しい時間を過ごすことができていました。

「思い出に残る体験をみんなでしよう!」という目標の下、様々な経験を通し、子どもたちの絆が深まった宿泊学習になったと感じています。今後は、この経験を生かし、さらに仲間と高め合い、充実した学校生活を送ってくださることを期待しています。(小室)

### 中学部 宿泊学習

7月4日～5日で深川へ行ってきました。アグリ工房まあぶでの農業体験やBBQ。ネイパル深川での石けんづくりや木のバッチづくり、ペットボトルピザ作り。たくさんの貴重な経験をする事ができました。すれ違う人にあいさつをしっかりとしたり、困っている人がいたら手伝ってあげたり、いつも以上に考えながら行動をしていたと思います。一泊二日という短い期間でしたが、たくさんの成長を感じられた宿泊研修でした。(山口)



## ～8月行事予定～

27日(火) 第2学期始業式、交通安全指導(～29日)  
28日(水) 二計測(幼)  
29日(木) 芸術鑑賞教室(全校)、PTA手話サークル③  
30日(金) 誕生会(幼)

日にち未定 耳鼻科相談日、健康相談日

