

## 感情はコントロールできないから

校長 石川 顕一



肌に触れる風もだんだんと冷たくなり、晩秋の気配が感じられるようになりました。保健室からの知らせでは、風邪をひいている子どもが多いとのことでした。

今年の運動会は、火曜日に延期しての実施となりました。これにより、土曜日、日曜日の開催に合わせて、準備・調整をされていた保護者の皆様方には、大変ご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。当日は、開始時間を1時間ほど遅らせたにもかかわらず、円滑に進行することができました。これも、皆様方のご理解ご協力によるものと感謝しております。

さて、運動会が終わり、「平凡な生活」が戻ってきました。「平凡な生活」であるとはいえ、私たち人間はどんな時でも様々な感情をもちながら生活をしています。そして、その感情は、その時々で異なります。例えば、用意してくれた食事を前にした時に、何かしらの感情が湧いてきます。「また、いつものおかずか」などと不満に思ったり、「いつもありがとう」と感謝したりと、その時々によって湧いてくる感情が異なります。

「いつもありがとう」の方が、徳が高いのは言うまでもありません。誰もが徳の高い人になろうと思うものですが、人間ですから、時には感謝ではなく不満の感情が湧くことがあります。不満の感情が湧いてくるのは仕方のないことで、否めません。そして、この湧いてくる感情は自分自身で抑え込むことができません。感情はコントロールできません。

感情というものは、私たちにはコントロール不能でどうにもならないものですが、私たちに唯一できることがあります。それは、「今、望ましくない感情が湧いてきた」と客観的にとらえることです。コントロールできない感情を意識することです。これにより、感情に任せた行動が減るのです。湧いてくる感情を意識できれば、それに伴う行動が変わることが期待できます。

時々によって、どんな感情が湧くかは異なります。この時々こそが「平凡な生活」そのものなのです。この「平凡な生活」の中で湧いてくる様々な感情を客観的にとらえることの積み重ねが、よい1日をつくり、よい1年をつくるのではないのでしょうか。そして、よい人生を築いていくのではないのでしょうか。

運動会後の「平凡な生活」において、コントロールできない自分の感情を客観的にとらえ、見過ごしがちな小さなことにも、温かいまなざしを向けていきたいものです。

## 【11月の主な行事予定】

日	曜	予 定 等
1	木	駅伝予備日 1円玉募金
2	金	音楽・お話朝会 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ランランタイム</span>
3	土	文化の日
4	日	
5	月	児童集会・シェフ給食
6	火	パンダ鉛筆販売 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ランランタイム</span>
7	水	委員会 歯科健診2・4・6年【教育相談日】
8	木	代表委員会
9	金	小中合同音楽会 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ランランタイム</span>
10	土	学校公開日 5年インターネット安全教室 芝友のつどい
11	日	
12	月	
13	火	体育朝会 全市統一献立給食
14	水	県民の日
15	木	3時間(給食なし) 11:40頃下校予定 リサイクルデー
16	金	3年校外学習
17	土	土曜チャレンジスクール
18	日	ホリデークラブ
19	月	放課後チャレンジスクール 食育の日
20	火	研究発表会 3時間(1の4、5の3を除く) 11:55頃下校予定
21	水	クラブ <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ランランタイム</span> 【教育相談日】
22	木	ふれあい活動
23	金	勤労感謝の日 ノーテレビ・ノーゲームデー
24	土	土曜チャレンジスクール
25	日	
26	月	放課後チャレンジスクール
27	火	PTA芸術鑑賞教室
28	水	持久走大会 クラブ
29	木	持久走大会予備日
30	金	授業参観・懇談会3・4年
12/1	土	
2	日	
3	月	授業参観・懇談会5・6年 放課後チャレンジスクール
4	火	授業参観・懇談会1・2年・なかよし お話朝会
5	水	委員会
6	木	代表委員会
7	金	
8	土	
9	日	市小学校管楽器連盟演奏発表会

詳細については、学年だよりをご参照ください。

## 【11月の生活目標】

### 誰にでも親切にしよう

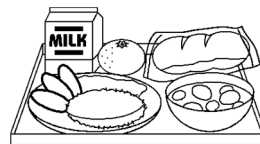
「情けは人のためならず」とは、優しさが人のためにならないという意味ではありません。この言葉には「めぐり巡って自分に来るもの」という続きがあります。優しさは自分に還ってくるものだから、まず自分の方から優しくしようという意味なのです。

ご家庭でも身の周りの人のよさを発見するなどの手助けをお願いします。



### 【シェフ給食】 11/5(月)

開校45周年記念として本格イタリア料理「プリマベラ」の大山五夫シェフ監修の学校給食を提供します。食材には地元農家、星野昇保さんのジャガイモが使われます。



地元食材と本格イタリアンの奇跡のコラボ。お子さんの感想をお楽しみに。

### 【学校公開日】 11/10(土)

全学年の2・3校時が公開です。1～5年生は運動会の表現の公開もあります。詳細は後日配付される授業一覧をご覧ください。

なお、授業中の私語や、教室内での写真・ビデオ撮影はご遠慮ください。



### 【持久走大会】 11/28(水)

(予備日11/29(木) 試走11/21(水)～27(火))

○3・4年 8時45分～9時45分

○1・2年 9時55分～10時45分

○5・6年 10時55分～12時00分

全学年でコースが違いますので、学年だよりでご確認ください。



### 【11月教育相談日は7(水)と21(水)】

子育ての相談等お気軽にお問合せください。申し込みは担任、教育相談主任又は教頭まで。

### 「すくすく のびのび子どもの生活習慣向上」キャンペーン

本市教育委員会は「家族で元気・学び・会話」を合言葉にキャンペーンを実施しています。生活習慣は学習意欲だけでなく体力・気力の低下を引き起こす大きな要因とされています。過ぎしやすいこの時期に、生活習慣の見直しにご協力ください。

