



白桜だより

令和6年7月26日 第2号
北海道札幌養護学校
白桜高等学園
電話 879-2540
校長 上村 喜明

「笑顔の力で拓がる絆」

札幌養護学校 副校長 飯 野 宏

夏空の青さがまぶしい季節となりましたが、明日からは生徒の皆さんが楽しみにしている夏休みを迎えようとしています。保護者の皆様には、本校の教育活動にご理解とご協力をいただき、一学期を無事に終わられますことを心より感謝申し上げます。

さて、先日ニュースのコラムで「笑顔の効能を見直そう」という記事がありました。コロナ禍でマスク生活を続けてきた影響で表情筋が運動不足になり、自然な笑顔ができなくなっているとのことでした。マスクを外すようになった今は、表情筋を鍛え、自然な笑顔を意識していくことで様々なプラスの効果を得られるとのことでした。

例えば、笑顔を見ると、脳の共感細胞であるミラーニューロンの働きによって、つられて自然と笑顔になります。笑顔になると、脳のA10神経群が刺激されてポジティブな感情になり、さらに表情筋が刺激されることで、ドーパミンやエンドルフィン、セロトニンなどの「幸せホルモン」が分泌され、ストレスの軽減や免疫力の向上が期待できるとのことです。

また、笑顔は、人とのコミュニケーションを円滑にするツールにもなります。初めて会う人との緊張を和らげ、絆を深める役割を果たし、笑顔での挨拶は、相手に安心感を与え、コミュニケーションをスムーズに進めるきっかけにもなります。

このように笑顔には人と人をつ結びつけ、心を豊かにし、前向きなエネルギーを生み出す力があります。白桜高等学園の教育活動においても、生徒一人一人の笑顔が溢れた活動を行ってきました。

6月に実施した東米里町内の「米こめ広場」での地域の方との除草作業。生徒全員が普段の学習で培った力を発揮し、約1時間の作業で70Lのごみ袋52袋をいっぱいにすることができ、当日参加した地域の方々を驚かせると共に、笑顔で絆を深めることができました。

5月に実施した3学年の見学旅行。季節外れの台風の接近で天候が心配されましたが、予定していた見学の際は好天に恵まれました。東京ディズニーランドではいろいろなアトラクションを楽しむなど、たくさんの笑顔とかけがえのない思い出を作ることができました。6月末に実施した体育大会。「全力で粘り強く笑顔で走りぬけ！」という生徒会スローガンのもと、暑さの心配もありましたが、元気いっぱいに活動し、満面の笑みで終了することができました。

誰かが笑顔を見せると、その場にいる他の人々にも自然と笑顔が広がっていきます。私たち一人一人が、笑顔を大切に、その力を周囲に広げていくことで、学校全体が明るく前向きな雰囲気になります。二学期の学校での活動においても、様々な学習が控えています。生徒の皆さんと共に、笑顔の力を活かして、笑顔あふれる貴重な毎日をご過ごしていきたいと思っております。

最後になりますが、明日から夏休みとなります。夏の暑さ対策のため、例年より1週間ほど長い休みになります。くれぐれも健康に気をつけて、笑顔溢れる楽しい夏休みを過ごしてほしいと思っております。

8月26日(月)の2学期始業式には、生徒の皆さんの元気な笑顔に会えるのを楽しみにしています。

今後の主な行事予定



8月

11日(日)～15日(木) 学校閉庁日
26日(月) 2学期始業式
あゆみの園始業式

9月

4日(水) 芸術鑑賞会
12日(木)～13日(金)
2学年宿泊研修
19日(木) 地域との共働作業
24日(火)～30日(月) 個別懇談週間

10月

1日(火) 1学年社会体験学習
3日(木) 1学年参観日
7日(月) 2学年参観日
10日(木) 3学年参観日
18日(金) 第2回学校見学会
29日(火) 二計測(全校)

◆◇3学年見学旅行◆◇

5月29日(水)から31日(金)まで東京方面に見学旅行に行ってきました。台風の接近が心配されましたが、最終日以外は雨に当たることなく活動することができました。1日目の札幌は出発式をバスの中で行うほどの肌寒さでしたが、東京は蒸し暑く、気温差と人の多さで体調が悪くならないだろうか心配するほどでした。2日目が終わる頃には皆ぐったりと疲れていて、多くの生徒が早々に眠りについていました。

スカイツリーでは、高速のエレベーターに乗って350メートルの高さまで上がり、東京の景色を眺めたり、ガラス床に乗って高さを体感したりしました。ディズニーランドでは、事前学習で調べたアトラクションに乗り、キャラクターと写真を撮ったりするなどパークの雰囲気を味わってきました。生徒たちそれぞれの心に残る見学旅行となったのではないのでしょうか。



◆◇体育大会◆◇6月29日(土)実施

昨年までの天候とは打って変わり、今年の体育大会は天候に恵まれ雲一つ無い晴天でした。午前中から気温が高く厳しい暑さの中、熱中症等に気を付けながらの開催となりました。今年も大きなグラウンドを使用して、外でのびのびと生徒全員で競技できたことは、大変良かったと思っています。今年は、短距離走、中距離走、棒リレー、バトンリレーの他に、投てき種目として新しくピーンバック投げが加わり全5種目で実施しました。体育や合同練習での学習成果をしっかりと披露させていただくことができました。



生徒達はそれぞれに目標を立てて大会に臨み、自己記録やバトンをつなぐことを意識して、一生懸命最後まで頑張っていました。今回の体育大会を通して一人一人がそれぞれに一回り大きく成長してくれたと信じています。今後の学校生活に生かしていってくれることを期待しています。

お忙しい中、ご来校いただき温かいご声援をくださった皆様ありがとうございました。心よりお礼申し上げます。



◆◇訪問教育学級◆◇

6月に訪問教育学級で運動会を行いました。今年も紅白に分かれてボウリングをしました。皆、自分なりの方法でボールを転がし、真剣な表情でピンを倒して得点を競いました。在宅生や居室にいる生徒とオンラインでつなぎ、一緒に運動会をすることができました。7月には個別の校外学習があり、川下公園や新札幌の商業施設に出かけました。初夏の札幌の自然を感じたり、ショッピングを経験したりすることができました。



◆◇地域の方と共働作業をしました!◆◇

6月20日(木)に東米里町内の「米こめ広場」で地域の方と共働作業を行いました。当日は、東米里町内会長様をはじめ地域の方々、菊の里まちづくりセンターの職員様、本校PTA会長様に参加いただきました。総勢30名で除草作業を行いました。

「レーキを操作して雑草を集める」
「枝を半分に折り袋に入れる」
「袋を所定の位置まで運ぶ」という工程を約1時間行い、70Lのごみ袋



52袋をいっぱいになりました。生徒全員が普段の学習で培った力を発揮し、公園の雑草がきれいになりました。これには、地域の方々から驚きの声があがりました! 共働作業は9月に2回目を行う予定です!!