



地域の方々が作成 学校掲示物

修学旅行・校外学習など行事が多い5月も今日で終わりです。各学級もこの二ヶ月で互いを知り合い、リラックスできる良い雰囲気になっています。

明日から6月。梅雨でじめじめする時期ですが一年の中でも一番自己管理が求められる一ヶ月になります。

一人ひとりの頑張りを形にするためにも、先日皆さんにお願いしたことをもう一度確認します！

毎朝、自分で起きよう！

体育館で皆さんに確認したとき、自分で起きていると手を挙げてくれたのは7割ほど（以外と多いなあとその時、思ったのですが・・・）でしたが、今の状況はいかがですか？6月は体力面でも学習面でも一学期の山場になります。朝、誰にも（目覚まし時計等の使用はOKです。）起こされずに自分で起きることができれば、その一日が変わります。そう！“良い一日”になります。「何事もうまくいかないなあ」と最近思っていて、まだ出来ない人は是非、自分で起きることから始めてください。

体育館では、「朝自分で起きること」をお願いし、同時に今年度特に大切にしてほしい2つのことを皆さんに確認しました。覚えてくれていますか。

形にする
こと
やりきる
こと

“自分の取り組んでいることや自分で決めたことを最後まで（納得するまで）やりきること。”そして、“自分の努力していることを形にすること。”この2つです。形にすることは、日頃の思いや感情を形にすることも含まれます。“母の日”や“父の日”、友人の誕生日など、手紙を書いて感謝を伝える等もありますね。

この2つを今年は常に意識して生活してください。それぞれのWell Beingに必ずつながっていきます！