



学校通信

誠実

中央市立田富中学校
学校だより（学校通信）
発行 校長 戸田徳和
令和6年度 6月号
2024.6.26(水)

青雲祭 第一幕(体育の部)「繋ぐ～TATOMI PRIDE～」

6月19日（水）に青雲祭・体育の部が梅雨の合間の好天に恵まれ、無事開催されました。平日にもかかわらず300人を超えるたくさんの保護者の皆様にご参観をいただきました。ありがとうございました。

さて、第56回青雲祭は、「繋ぐ～TATOMI PRIDE～」のテーマのもと、今年度から6月に体育の部、10月には文化の部の分散開催といたしました。

生徒の皆さんは、体育の部を共に全力で戦いました。共に励まし、喜び、悔しがる姿に大きな感動をもらいました。開会式で皆が一つになった全校応援を田富中学校の誇りとし、今回の成果や課題をこれからの日常の学校生活に繋げ、10月に行われる文化の部で更なる集団の向上を目指し、全校で取り組んで欲しいと思います。

【開祭式】



【体育の部 開会式】（全校応援）



【各競技の様子】



【体育の部 閉会式】



3年生「赤ちゃん抱っこ体験」から学ぶ

中央市（健康増進課）の母子保健事業の一環として、6月25日（火）に3年生を対象に「赤ちゃん抱っこ体験」が行われました。新型コロナウイルス感染症の流行により、なかなか実施することができずにいましたが、今年度より技術・家庭科の家庭分野の授業と絡めて再開することができました。

参加した3年生は、妊婦さん疑似体験で妊娠中の妊婦さんの大変さや実際の赤ちゃんを抱っこし、赤ちゃんのぬくもりを肌で感じて、「命の大切さ」、「家族や親の大切さ」、「周囲への感謝」、「人への思いやり」などを考える貴重な機会となりました。



「笑顔」や「笑い」の効果について

先月、中央市の講演会に参加し、落語を聴く機会がありました。その中で講師の方からこんな話がありました。

人は、暗い表情をしている人を見ると気になるものです。反対に、いつもニコニコしている人を見ると明るい気持ちになります。笑顔って、お金もかからずに人を幸せな気持ちにさせてくれる。笑顔でいることは、自分を含め周りの人を幸せにしてくれる素敵なこと。更に、「笑うこと」は、次のような効果があると言っていました。



★「笑うこと」がもたらす体への良い効果★

- 免疫力が向上する・・・病気になりにくい体にしてくれる。
- 脳が活性化する・・・笑うと脳に血流が増え、酸素や栄養がたくさん補給され、脳細胞の働きが良くなる。
- 老化を防止する・・・笑うことでお腹の底から声を出すようになり、同時に腹式呼吸によって腹筋が鍛えられる。他にも胸や背中、頬の筋肉も鍛えられ、若返りを図れる。
- 血行を良くする・・・笑うことで副交感神経が働きはじめ、心臓の動きが活発になり、血流が増え、血行が良くなる。また、副交感神経の働きで、リラックスした気持ちになる。

いつでもニコニコと笑顔で、楽しい時には「声を出して笑うこと」が大切なことだと改めて知ることができました。