

# ふれっぽ



稚内市立増幌小中学校 学校だより

責任者：校長 畠山 博次

## 笑う門には福来る



校長 畠山 博次

「笑う門には福来る」という縁起のよいことわざをご存じのことと思います。実は、人間にとって笑うことはとても大切であり、自分の気持ちや周囲の雰囲気や和ませる働きがあります。また、医学的には次のような効果があることが分かっています。

- ① 笑うことによって脳が刺激されます。
- ② 脳から神経ペプチドという物質が血液中に流れ出し、免疫力をつかさどるナチュラルキラー細胞（白血球の一種）を活性化します。
- ③ また、脳からベータエンドルフィンという物質も分泌されます。ベータエンドルフィンには鎮痛作用と快感作用があり、炎症を和らげる効果や老化防止が期待できます。

このように、笑いは心身に癒やしと元気を与えてくれます。しかし、私たちの周りには残念ながら「嘲笑（ちょうしょう：他人の失敗を笑うこと）」というよくない笑いもあります。

千石 保（せんごく たもつ）という教育学者は、1991年に出版した『「まじめ」の崩壊—平成日本の若者たち』という本の中で、テレビなどのマスメディアが発信するよくない笑いについて警鐘を鳴らしていました。その笑いの多くが、他人の失敗を笑ったり、まじめに取り組む姿をばかにしたりするものであったからです。

他人の失敗を笑うことは、人間として絶対にしてはならない行為です。いじめにつながる可能性もあります。まじめに取り組む姿を嘲笑するような雰囲気を生まないように、これからも学校として細心の注意を払っていきます。

ご家庭でも心身に癒やしと元気を与えてくれる爽やかな笑いの大切さについて、改めて話題にしてはいかがでしょうか。

やっぱり  
楽しい!!

## 小学生 2年ぶりのスキー場!!

コロナ禍による影響のため、ここ数年、様々な行事や授業が縮小されてきました。スキー授業もその1つ。昨年までは、グラウンドにできた雪山を滑ったり、スキーで歩く練習をしたりしていました。しかし、今年は行動制限が少し緩和され、稚内市こまどりスキー場での授業を2年ぶりに行うことができました。3回行われたスキー授業は、お天気の神様もほほえんでくれたおかげで、すべて快晴のスキー日和でした。やっぱり、本物のスキー場は格別で、子ども達は、終始休むことなく思いっきり楽しんでいました。



## 稚内市児童生徒生活安全安心標語コンクール 入選作品



【いじめ防止部門】

「ごめんね あやまるゆうきで なかよしに」

「考えよう 自分の言葉 相手の心」

【食育部門】

「見直そう 食生活と 生産者」



## 薬物乱用防止教室

先日、稚内警察署生活安全課の方をお招きして、「薬物乱用防止教室」を行いました。この「教室」は毎年行っているのですが、説明を聞く子ども達の表情は、いつも緊張しており「薬物の怖さ」を再認識するととても大切な時間となっています。ご家庭でも折に触れ、薬物の怖さを伝えていただければと思います。



## 3月の行事予定

日	曜日	学校行事等
1	水	中2学習会 縦清掃
2	木	中2学年末テスト
6	月	委員会活動
9	木	卒業式総練習・送る会 縦清掃
10	金	ALT
12	日	卒業証書授与式
13	月	振替休業(3/12分)
14	火	ALT
17	金	職員会議
24	金	修了式・離任式

※令和5年度は4月6日(木)からスタートです。

## 全校レクは楽しいな!!

児童生徒会企画「全校レク」が2月17日(金)お昼休みに行われました。「お題」の絵を描いてみんなで何の絵かを当てるというもの。短い時間ではありましたが、久しぶりにみんなが集まって楽しいレクを行ったので、大喜びをして楽しんでいました。執行部のみなさんは様々な企画を立ててこれからも活発に活動していきます。

