



梅島小だより

6月号

令和6年5月31日

足立区立梅島小学校

校長 瀬谷 智代

よい生活習慣を身に付けるためには

校長 瀬谷 智代

初夏の風がさわやかな季節になりました。5月25日の運動会にはたくさんの保護者、地域の皆様にご来校いただきありがとうございました。子供たちは皆様からの温かい応援を力にして練習の成果を十分に発揮することができました。また、PTAの皆様、お父さんの会の皆様には、運営や片付けにご協力をいただき感謝申し上げます。

さて、毎日気持ちよく生活し力を伸ばすために、子供たちにより生活習慣を身に付けさせたいと考えています。

多くの人には、朝起きてすぐや寝る前に歯を磨く習慣があります。3度の食事の後にも必ず磨くという人も増えてきています。

幼いころは、自分で上手に磨くことができず、家族に磨いてもらっていた記憶のある人も多いと思います。自分で磨くことができるようになり「磨きなさい」と言われて磨いていたのが、いつの間にか言われなくても自分から磨くようになっていきます。それは、「磨きなさい」と言われなくても磨くようになっていくから、虫歯になって痛い思いをしたくないからという理由からだけではないようです。

本当に自分からすすんで歯を磨く習慣のある人は、歯を磨く習慣を積み重ねることによって、歯を磨いた後の口の中の爽快感を知っているからなのです。このように、経験したことを通してその良さがわかり、続けていくことができ、はじめて本当に習慣として身に付いたということが出来るものだと思います。

気持ちのよい挨拶や礼儀正しくする快さ、時間に遅れずに朝早く登校するさわやかさ、清潔感のある服装をすることの心地よさなどを実感し、その経験を重ねてよい生活習慣を身に付けられるようにしていきたいと思っています。ご理解とご協力をお願いいたします。