



No.472  
1月号  
創立144年

<http://www2.wakayama-wky.ed.jp/nagusa/>

## 願いや目標を持って、前進しよう！

明けましておめでとうございます。いよいよ 2017年 新しい年の始まりです。年が改まると、気持ちも改まります。明るい新年の気持ちになっている自分を感じることができるのはとても気持ちがいいものです。

私は毎年、初詣に行くことにしています。新しい年に、新たな気持ちで神様の前で手を合わせることも一つの文化と考えられます。私の初詣は、去年の目標がどこまでできたのかを神様に報告するとともに、今年を目標を神様に知らせに行くものになっています。神様を相手に約束をするので嘘はつけません。自分が精いっぱい頑張ってみたかどうかを自分なりに考える場にしています。「1年の計は元旦にあり」というように、できるだけ早い時期に目標を立てることが大切だと考えています。是非今年を目標を立てて取り組んでみましょう。

また、1年というスパンではなく、長期的に自分の願いを持つことも大切なことだと思います。私の尊敬する先輩が、「鈴木先生、願いがないと叶うものも叶わない。願いを持ち続けているといつかは叶うこともありますよ。」と話してくれました。その後、その言葉を信じて自分なりの願いを持って取り組んでいると、不思議とそれが叶う時が来たりします。それは、願いを持ち続けることで人間は無意識にそれに向かって努力をしているのだと思います。

今年は、自分の願いや目標をしっかり持って取り組む年に見ましましょう。

保護者の皆様、地域の皆様、今年もご支援ご協力のほどよろしく願いいたします。

学校長 鈴木英樹

### 1月行事予定

日	曜	学校・保健・育友会行事等	日	曜	学校・保健・育友会行事等
1	日	元日	17	火	避難訓練 東日本大震災の話 5年3限
2	月		18	水	クラブ
3	火		19	木	歯磨き指導 1年 (学校保健委員会)
4	水	仕事始め	20	金	
5	木		21	土	県PTA指導者研修会
6	金	3学期始業式 子ども見守り強化の日	22	日	
7	土		23	月	「はばたく紀の国」テレビ取材 4-2
8	日		24	火	カウンセラー
9	月	成人の日	25	水	クラブ
10	火	あいさつ運動(6年) カウンセラー 体位測定(1・2年)	26	木	
11	水	委員会 体位測定(3・4年)	27	金	研究授業(5-2)6限 租税教室 6年5限
12	木	校内書初会～18日 給食費振替日 体位測定(5・6年)	28	土	
13	金	給食費振替日	29	日	
14	土	餅つき前日準備	30	月	
15	日	育友会餅つき大会	31	火	
16	月	子ども見守り強化の日 そろばん教室 3年			

# 保健室から

## ～禁煙教室がありました～

2学期に和歌山禁煙教育ボランティアの会より、かわらの小児科の西畑昌治先生をお招きして、6年生を対象に禁煙教室を行いました。様々な映像やお話の中から、子どもたちは禁煙の大切さを感じてくれたようでした。以下、内容をかいつまんで説明します。

### たばこはなぜ体に悪いのか？

- ・たばこを吸い続けると、肺がんでなく、のどのがんや心筋梗塞や歯周病などにかかる割合も高くなる。
- ・たばこを吸う人のそばにいて、自分は吸わなくても、たばこの先からたちよぼる煙を吸って、ぜんそくや肺がんになるおそれがある。(受動喫煙)



### なぜ、やめられないのか？



たばこに入っている「ニコチン」のため。ニコチンは脳に働きかけて、たばこを吸っている間は「気持ちいい」「すっきりする」と感じさせるが、ニコチンが減ってくると、イライラして集中できなくなるなどの禁断症状がおこり、悪いとわかっているにもかかわらずやめられなくなる。

## ☆禁煙の一番いい方法は、最初からたばこをすわないこと！

子どもたちの感想です

心筋梗塞や脳梗塞になりやすいとわかったのでたばこは絶対に吸いません。

1日1箱吸うと、1年間で15万円もいるのがびっくりしました。

たばこの怖さを知ったので、大人になって勧められても絶対に吸いません。

1回吸ってしまったら「ニコチン」でやめられなくなるのがわかりました。

たばこは自分だけでなく、まわりの人にも迷惑をかけることがわかりました。



他にも、たばこをすう家族を心配する感想が多くありました。子どもたちのためにも「禁煙」がんばってみませんか？