



花崎北小学校だより

学校教育目標「かしこく やさしく たくましく」

令和6年度

12月号

児童数217名

「笑う」

校長 藤井 真仁

師走を迎え、何かと慌ただしい時期となりました。

11月も平年より気温の高い日が多かったですが、12月以降は寒くなるという予報も出ていますので、どうぞご自愛ください。

11月6日の運動会では、たくさんの方にご来校いただきありがとうございました。

ビデオカメラやスマホを構える保護者の方々の笑顔。その視線の先にある真剣な表情や笑顔。競技や演技を見守る来賓の皆様の穏やかな笑顔...

こども達にとって、思い出に残る運動会になりました。

さて、先日、広報かぞ11月号を読んでいると、「＼加須市の新たなキャッチコピーが決定／」の一文が目に残りました。

『笑うかぞには福来る』が、加須市の新たなキャッチコピーに決まったそうです。

加須市で今後、どのような取組が行われるのかとても楽しみです。

大笑いしてしまうような、または、思わずにっこり微笑んでしまうようなイベントがたくさん開催されるのかもしれませんが。

広報かぞを読んだ1週間後、新聞で「ウェルビーイングの条件³『たかが笑いと侮るなかれ』」（11月13日 埼玉新聞）という記事を見つけました。

記事には、日本の高齢者1万4000人を対象に笑う頻度を尋ね、6年間追跡調査を行った結果が載っていました。

「要介護認定や認知症発症について、笑っている人では、ほとんど笑わない人よりリスクが約2割低い」「血糖、血圧、ストレスホルモンなどの値が下がった」とありました。

また、「笑う人は、...人づきあいが豊かな人」「運動も笑いを増やす」「笑顔の人の周りには人が集まる。笑いは伝染する」ともあり、最後に「笑いはもはや薬である」と記されていました。

「笑うと免疫力がアップする」や「笑顔をつくるとやる気が出る」といった研究結果を耳にしたことがありますが、学校においても笑いや笑顔の効果は高いと感じています。

適度に笑いのあるクラスは雰囲気もよく、勉強や運動に集中して取り組むことができます。また、笑顔あふれる教員は、こども達一人一人を確実に伸ばします（データはありませんが、きっとそうだと思います）。

学校・家庭・地域それぞれの場所で、毎日「クスリ」と笑って過ごせたら幸せです。

