

12月中旬から下旬の過ごし方を考える

- 毎日を充実させ年末を過ごそう -

開倫塾

塾長 林 明夫

1. 2学期末の終業式の日には各家庭では楽しいイベントを

(1)通知表をもらってくる終業式の日は、子供たちにとって気の重い日、憂鬱な日の1つ。

(2)こんな日こそ、各家庭ではささやかでもいいから心温まる楽しいイベントを。

例：手作りのごちそうで「よかった会」または「残念会」を開くのも。

(3)成績が少しでもよかったら「よかった会」、ちょっと下がったら「残念会」を。

2. 冬休みを事故なく有意義に過ごそう

(1)日暮れが早くなったので、道路への急な飛び出しなど交通事故に注意。歩行者は自動車を運転する人によくわかるように、なるべく明るい色の服を着よう。

(2)冬休みは一年の終わりと、新年の始まりを迎える期間。

5S(整理、整頓、清掃、清潔、躰)を身につけよう。

(ア)躰とは、他から言われなくても自分の意志や考えでそうすること。

(イ)まずは、カバンの中、机の上や机の中、本棚の中、自分の使う部屋など身近なところから「5S」をやってみよう。

新年の計画を立てよう

(ア)新しい年に何がしたいのかゆっくりよく考えよう。

(イ)何かをすることだけでなく、来年はこれほしくないでおこう、その代わりにこれだけはしようと考えよう。

(ウ)大きな夢でも、小さなことでもいいから考えついたことは「ノート」や「日記帳」に書いて何回も眺めておこう。

(3)年末や新年は各新聞社が総力をあげて特集記事であふれた新聞を発行する。冬休みこそじっくり新聞を読んで考えよう。

TV局やCRT栃木放送も含めてラジオ局も特別番組をたくさんつくるので、TVやラジオもじっくり見たり聞いたりしよう。

(4)本も1~2冊じっくり読み、読書による思慮深さを身につけよう。

3. 健康第一(身体の健康、心の健康)

ゆっくり体や心を休ませよう。