

泰日協会学校（バンコク日本人学校）学校だより  
Thai Japanese Association School



令和6年  
第5号

<https://www.tjas.ac.th>  
小学部職員室  
02-319-5457  
中学部職員室  
02-314-7335

## 夏休みの過ごし方について

小学部生徒指導主任 松井 英人

本校教育活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。

今日で1学期が終わりました。児童生徒のみなさんは、4月から「世界のあいさつが広がる学校 バンコク日本人学校」をスローガンに、登下校時のレインボーゲートや校内であいさつの輪を広げてくれました。

大きな声であいさつをしてくれる子、素敵な笑顔であいさつをしてくれる子、恥ずかしそうにしながらも、しっかり会釈をしてくれる子、立ち止まって行儀よくあいさつをしてくれる子など、ここに書ききれないほど素敵なあいさつを交わしてくれました。

また、2年生のあるクラスであいさつ隊をつくり、レインボーゲートであいさつをしてくれたり、生活委員があいさつ運動に力を入れたりしてくれました。大きな大きなあいさつの輪が広がった1学期でした。

朝から気持ちの良い挨拶ができたお子様を褒めてあげてください。

さて、明日から、児童生徒が楽しみにしている夏休みが始まります。本で行われた終業式では、全校児童生徒に向けて夏休みの過ごし方について話をしました。ご家庭でも、夏休み4週間の過ごし方について、お子様とお話してください。



### ①「〇年生の夏休み」は一生に一度だけ!

夏休みは毎年のごとです。しかし、「〇年生の夏休み」と考えると一生に一度だけです。夏休み期間中の今しかできない「体験」や「出会い」を大切にしましょう。

「見える景色」や「人との出会い」はその瞬間だけで、二度と同じことは起こりません。特別な旅行や体験教室でなくても、身の回りのいろいろなことに興味や関心をもつことで、たくさんの「体験」や「出会い」にめぐり合うことができます。本校の学校教育目標は表題にもある「夢や希望をもって前進する子供の育成」です。夏休み中のさまざまな体験や出会いが「夢」や「希望」につながっていくのではないのでしょうか。

〇年生の今だからこそ感じられる感覚を大切に、たくさんの「体験」や「出会い」を重ねられる夏休みにしましょう。

## ②睡眠時間を確保して楽しい夏休みにしましょう。

世界が注目するメジャーリーガー大谷翔平選手の活躍を支えるのは、良質な睡眠だそうです。日頃から「睡眠時間は基本的に10時間。最低でも8時間はとる」と公言しています。

大谷翔平選手になれなくても、彼の良いところを真似することはできます。「睡眠は疲れをとること」という考えを「次の日、最高に楽しむため」に変えることで、生活のリズムの乱れを予防することができます。

4週間の夏休みを明るく元気に生活することも最高の夏休みにつながります。受験を考えている6年生や9年生も朝型の習慣を身につけることが効率よく学習が進められる方法です。夏休みだからこそ、睡眠時間について考える機会にしましょう。



## ③命が一番大事

命は何ものにも代えることのできないかけがえのないものです。だから、命と身体は大切にしてください。この機会に、海外で生活していることを改めて確認し、大人と一緒に行動することを心がけ、危険な場所へは近づかない、危険を感じたらその場から離れるなど、一番に命を守る行動を心がけましょう。



また、学校生活を離れることで、悩みや心配事を打ち明ける友達が身近にいないこともあります。そんな時は、ひとりで抱え込まず、家族と話す機会を増やしましょう。夏休みは、家族とコミュニケーションをとる良い機会です。保護者の皆さまにも、子供たちの目線に立って話をする機会も持っていただければ幸いです。

9月には約130名の新しい仲間を迎えて2学期が始まります。まずは、バンコク日本人学校の全校児童生徒が元気いっぱいに登校してくれることを願っています。

2学期は「行事の学期」です。交流学習会やナショナルスタジアムで行われる「TJAS スポーツフェスティバル」など様々な学年・学校行事が行われます。

2学期も学校生活や行事の中で、児童生徒のみなさんのがんばる姿が見られることを期待しています。保護者の皆さまには一学期間、温かいご支援とご協力を賜りありがとうございました。