

もっと・ほっと通信



まさかまさかのオンライン



こんにちは。年末年始や、春節を前にした皆さんの学校での様子をおたよりに書こうと思っていたら、あっという間にオンライン授業となっていました。残念でしたが、そのお知らせを学校で皆さんと一緒に聞いて、そして下校の時にさよならができてよかったと思っています。学校に来られないことで不安になったり、友達と会えなくて寂しい気持ちになってしまった人もいましたが、「しょうがないよね、オンラインで会おうね!」と互いに声をかけ合って帰っていく姿に頼もしさを感じました。

この2年間、思いもよらない経験をしています。その分皆さんには「しなやかに考える」力が育っているように感じます。オンライン授業が始まってから、いくつかのクラスは朝の会で会うことができましたね。画面越しでも、元気な様子が見られて嬉しかったです。お休みの間に、この厳しい状況が少しでもよくなっていきますように。安全に気を付けながら、楽しみを見つけて過ごして下さいね。



心と向き合おう・1-2月



長いお休みだからこそ。一日の時間割を作ってみましょう。もちろん、しばらくのびのびと過ごしたあとでOK! 学校の時間割が1時間=60分ではなく45分(中学生以上は50分)となっているのを、不思議に思った人はいませんか? それは「人間の集中力が続く時間」を考えてそのようなしているのです。「45分は長いなあ〜」と思った正直な人は、15分や30分を一区切りに試してみましょう。合間に体を動かす時間を入れるのもいいですね。メリハリをつけて、充実した生活を過ごせるよう工夫してみましょう。



保護者の皆様へ



昨年の8月に、「コロナ疲れ」に関する内容をここに取り上げました。それから約1年半。まだまだコロナと共に暮らす日々が続いています。「早く以前のように戻ってほしい」という思いはたびたび沸き上がりますが、「でも仕方がない」という気持ちの切り替えは、誰もが以前よりもずっと早くできるようになったと思います。しばらくは我慢の日々ですが、「コロナの時はこうだったなあ」と、振り返る日はそう遠くないと信じています。ご家族一緒の時間を、どうぞ有意義にお過ごしください。

◇◇オンラインカウンセリングのお知らせ◇◇ ※春節・冬季休業中はお休みとなります。

お子様に関する心配なことや、ご自身のお気持ちを整理したい時など、どうぞお気軽にご連絡ください。

相談日時：火曜・木曜の8時30分～16時(休み時間は、児童生徒への相談が優先となります)

お申込み方法：SC専用メール(sc@jsb.org.cn)宛に、件名「相談希望」と明記してご連絡ください。折り返しご連絡をさせていただきます。相談いただいたことの秘密は、厳守します。