



# 大三小だより

令和8年1月8日  
練馬区立大泉第三小学校  
校長 高野 正之  
No. 698

## 余白をもつ

校長 高野 正之

新年あけましておめでとうございます。本年はどうぞよろしくお願ひいたします。

何もせずに90分間ぼーっと過ごすとしたら、皆さんだったらどうしますか。

昨年11月、都内の公園で「ぼーっとする大会」が開催されたとの記事を読みました。150人が集まった大会では、「スマホ・居眠り・時計」の3つが禁止され、表情や姿勢の保持、心拍数の安定を基に順位が付けられました。優勝した中学生が、次のようにコメントしていました。

「勉強に疲れてぼーっとしたいと思ったし、SNSの遮断もしてみたかった。携帯も見ずに1時間半過ごすのは暇かなと思ったけど意外と大丈夫で、すぐに時間がたった。すっきりした。」

主催者の古井敬人さんは、開催のきっかけを次のように語っています。

「大人になるにつれて幸福度を高めていきたいと思い、そのためには余白、ぼーっとする余裕をもつことが重要と思った。大会を通じて余白をもつ大切さを訴えたい。」

ぼんやりしているときも、脳の活動は低下しているわけではなく、活発に働いていると言われています。くつろいでいるときに、ひらめきやよいアイデアが生まれるのは、このためです。大切なのは、自分と向き合う時間を十分にとることなのだと感じます。

心を落ち着ける時間を生み出すことが、次の飛躍への大切なプロセスになります。詰め込みすぎた情報をいったん整理することで、今まで見えていなかった新たな視点が得られます。ときに立ち止まり、周りの景色を楽しむゆとりをもった一年にしていきたいと思います。

### ● 1月の生活目標 「礼儀正しい生活をしよう」

人と人との関わりを温かく、円滑していくのが挨拶や言葉づかいです。自分から、相手の顔を見て明るく元気に挨拶することや、丁寧な言葉づかいをすることはとても大切です。

家庭と学校の双方で指導していきましょう。



### ■ ユニセフ募金

代表委員会が主催しています。ユニセフ募金の意義については、1月22日(木)のユニセフ集会でお話しします。ご賛同いただけましたら、募金への協力をよろしくお願ひいたします。



1月26日(月)  
27日(火)  
28日(水)

の登校時に集めます。

## 1月の行事予定

日	曜	時程	朝の時間	行事予定	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	木			元日 機械警備						
2	金									
3	土			↓						
4	日									
5	月									
6	火									
7	水			冬季休業日終						
8	木	通	始業式	3学期始業式 4時間授業 給食始	4	4	4	4	4	4
9	金	通	朝読書	安全指導 計測（3年） 書きぞめ（5・6年）	4	4	4	4	4	4
10	土									
11	日									
12	月			成人の日						
13	火	通	モジュール	書きぞめ（3・4年） 計測（2年）	4	4	6	6	6	6
14	水	通	モジュール	計測（1年・いちょう）	4	4	5	5	5	5
15	木	通	児童集会	たてわり集会⑦ 計測（4年）	4	4	5	6	6	6
16	金	通	朝読書	校内書きぞめ展始 計測（5年）	4	4	6	6	6	6
17	土	土		土曜授業日 馬頭琴出前授業（2年）	3	3	3	3	3	3
18	日									
19	月	通	全校朝会	後期委員会③ 計測（6年） 避難訓練	5	5	5	5	6	6
20	火	通	朝学習	社会科見学（5年）	5	5	6	6	6	6
21	水	通	モジュール		4	5	5	5	5	5
22	木	通	児童集会	ユニセフ集会 手話出前授業（4年）	5	5	5	6	6	6
23	金	通	朝読書	校内書きぞめ展終	5	5	6	6	6	6
24	土									
25	日									
26	月	通	朝学習	ユニセフ募金① クラブ活動⑧ 幼保小交流（小鳩幼稚園）	5	5	5	6	6	6
27	火	通	モジュール	ユニセフ募金② 地域安全マップ（4年）	5	5	6	6	6	6
28	水	通	モジュール	ユニセフ募金③	4	5	5	5	5	5
29	木	通	児童集会	ゲーム集会⑦ 社会科見学（4年）	5	5	5	6	6	6
30	金	通	朝読書		5	5	6	6	6	6
31	土									

### 最終下校時刻

通常時程：【4時間】13：20 【5時間】14：45

【6時間】15：30 (クラブがある日は15：35、委員会活動がある日は15：20)

土曜時程：【3時間】11：20