

季節の変わり目

体調を崩しやすい季節になりました。朝夕の冷え込みと日中の暑さの大きな寒暖の差が、じわじわと体力を奪います。「変わり目」とは、何につけ慣れないですよね。慣れ親しんだ環境が変化するのは、子どもにも大人にも大きな負担になるものです。変化の幅は小さい方が適応しやすいですからね。

ならば一年中寒暖の差がない平坦な環境の方が良いのでしょうか？実際に常夏の国もあれば極寒の地方もあります。その地に住む方々は、各々の環境に立派に適応し生活を維持しておられます。あくまでも四季の変化が大きい日本人に限って物事を考えると、私達は四季の変化を楽しんでいます。

寒い冬には心地良い春の訪れをまちます。春になると爽快な夏を待ち、夏には今度は秋の風情を心待ちにし、秋にはやがて訪れる冬の温かさを求める。結局はずっと変化を求め続けているんですよね。その中で、個人的には「ずっとこの季節が続ければ良いのに」と思う、お好みの時期があるはずです。しかしそれが全員の望みではありませんので、平等に各々の好みの時期は訪れて去っていきます。寒くても暑くても大変、だから変わり目を望むのですが、加えてその変わり目も大変。ずっと大変な時間を過ごしています。

もはや季節のせいではありませんね。私達はうまくいかない何かを、周辺の環境のせいにしがちです。その考え方の全てが間違いだとは思いません。確かにそれもあるでしょうが、そこに何とか適応する工夫をして少しでも心地良さを感じるための知恵も私達は持ち合せているはずです。環境が変わろうが変わらまいが、そこで心地良くできるかは自分次第でもあるのです。

連絡事項

【来週の予定】

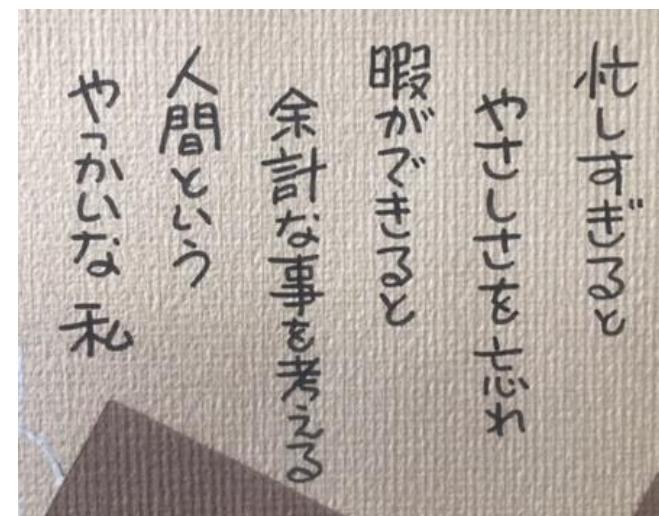
日曜	学年	1	2	3	4	5	6	7
5日（月）	全学年	月①	月②	月③	月④	月⑤	月⑥	月⑦
6日（火）	全学年	火①	火②	火③	火④	火⑤	火⑥	火⑦
7日（水）	全学年	水①	水②	水③	水④	水⑤	水⑥	水⑦
8日（木）	全学年	木①	木②	木③	木④	木⑤	木⑥	木⑦
9日（金）	全学年	金①	金②	金③	金④	金⑤	金⑥	放課後

mamas café 来週の日替わりメニュー

5日（月）	6日（火）	7日（水）	8日（木）	9日（金）
白身魚と ハムカツ	チキン南蛮	肉団子の 甘辛ネギソース	チキン串カツ トマトソース	パリパリ 焼きそば

*7日水曜日は朝食テー(200円)

※今週の わたなべあけみ さん



~四季のうつろいと同じですね。丁度良い加減は本当に難しいです~