

暑い夏を乗り切っていきましょう

校 長 武井 正明

まだ梅雨ですよなあ…。今日も暑い一日となりましたが、昼休みは2体でバドミントンをして遊びました。3年生の皆さん実に健康的、元気いっぱいです。合間には男子バスケット諸君と地区大会を振り返って、悔しいけれども楽しい会話をして、5時間目に突入です。

朝、教頭先生と学年主任の藤井先生が、廊下で立ち話をしていました。

暑さ指数は27、これからますます数値は上がる。この暑さで午後の地域貢献活動を予定通りやるか、という話でした。

この活動のねらいは何？という私の問いに、藤井先生は「実際に吉田地区に出てみてゴミ拾いをやると、殆どゴミなんか落ちてないんですよ。こまめに地域の人がやってくれているからなんですけど、その辺の、なぜ？という気付きから考えさせたいのです」と即答しました。

ならば、やはり少しでも地域を見る時間があつた方がいい。雨天案もありましたが、保健室からの塩分を補給して、活動時間も短縮しての実施となりました。

午後の外は一段と、刺すような陽射し。

各クラス自転車で吉田駅や商店街、歩きの人は北吉田駅周辺や学区の環境整備で汗を流しました。普段、なかなか足許は見ないものです。こうしてみると吉田中学校周辺は、ひじょうにきれいに環境整備された街です。今回の活動で、皆さんはどんな感想を持ちましたか。



皆さんは、これからが本番の夏の暑さを、どう乗り切っていきますか？

私はとにかく体を適度に動かして汗を掻く。過食はせずバランスよくしっかり食べる。お酒も適量で。睡眠時間は決まった時間帯にじゅうぶん確保する…ですね。

暑い時こそ、ラーメンのような熱いものを汗を掻きながら食べるのもいい。

昔、巻町に「古潭」というラーメン屋さんがあつた。皆さんも小さい時、行ったことがあるかな。あそこのラーメンは本当に旨かった。寡黙なご夫婦の阿吽の呼吸で、一杯のラーメンが出来上がる。メニューは多くない。でも店は常に満員で外は長い行列。お盆の墓参りの帰りはいつも古潭だった…。今でもあの味を舌が憶えている。

明日の舞台は長岡市体育館。予選全勝の男子バレー部が登場、そして体操個人の応援に全集中です。熱い戦いと演技に、私のカメラも釘付けになること間違いなし!!