

## ★高等部3年生の修学旅行を終えて★

清秋。空が澄み、清々しい秋を感じる頃となりました。保護者の皆様はいかがお過ごで  
しょうか。暑さ指数も和らぎ、ようやく秋涼の気配が漂い始めました。8日は二十四節気の  
「寒露」で、冷たい露が降りる頃だそうです。特に朝晩は冷え込みが増して、一日一日と秋  
は深まっていきます。紅葉シーズンが待ち遠しい限りですが、この時節は体調の変化も訪れ  
やすいようです。「気象病」という言葉を最近よく耳にしますが、10月は秋晴れの日が多く  
日中と朝晩の気温の差が大きくなることで自律神経のバランスが乱れやすくなり、血行不  
良から体の冷えが起こるとされています。これからは風邪の症状が出やすい時期でもあります  
ので、どうかご家庭でも予防対策をよろしくお願いします。

さて、先月25日（水）～27日（金）の3日間、高等部3年生  
は、①「スマイル」②「エンジョイ」③「ベストメモリー」の  
3つを合言葉にして、和歌山県白浜方面に修学旅行に行きました。晴天にも恵まれた1日目は、カヌー班、藍染め班、郷土料理  
班の3班に分かれて大自然や伝統の技を満喫しました。2日  
目は、終日アドベンチャーワールドで乗り物に興じ、パンダや  
イルカショーに魅了されました。3日目は梅千館で梅ジュース作り、黒潮市場では炭煙に負  
けじと昼食バーベキューを堪能しました。宿舎では夕食後に伝言ゲームで盛り上がった後、  
大浴場で温泉につかり心と身体を癒しました。就寝中は心地よい夢をみられたでしょうか。



短期間ではありますが、住み慣れた場所を離れて生活することで、知識や興味関心を広げ  
られ、集団生活のきまりの大切さを理解できたと思います。それ以上に私が感心したのは、  
他者を気遣う声かけや寄り添い場面をたくさん見かけたことでした。個々に課題や悩みがあ  
っても、仲間を思いやるさりげない優しさ、いたわりが光っていました。これまで以上に仲  
間との絆が深まることだと思います。残りの学校生活も是非、友達を大事にしてください。

3年生の皆さんには、半年後には卒業して成人となります。高3  
修学旅行で経験したことは生涯の宝物となり、自らを支えてくれ  
る「ベストメモリー」になることでしょう。私は皆さんと素敵な  
旅ができたことを誇りに感じています。本当にありがとうございます。

～紀州旅 秋の夕暮れ 友想う～ 文責：寺沢 光明

