

第10回リフレッシュ講座は 「生徒主催でやってみよう！ストレッチ講座」

今年度は全9回のリフレッシュ講座の予定でしたが「今までに学んだストレッチを全校に広めたい」という生徒の声をうけ、第10回リフレッシュ講座を急遽開催することになりました。その名も「生徒主催でやってみよう！ストレッチ講座」。WillTime（総合的な学習の時間）でセルコンプロジェクトを進めてきた中矢実那さん（1年）が講師となり、みんなでストレッチを行いました。日当たりのよいセルコンルームで、心地よい音楽をかけながら行うストレッチは、心も体もリフレッシュできる贅沢な時間となりました。



第11回リフレッシュ講座は 「生徒主催でやってみよう！ダンスストレッチ講座」

第11回リフレッシュ講座は「生徒主催でやってみよう！ダンスストレッチ講座」。セルコンプロジェクトを進めてきた尼崎はぐみさん（1年）と藤田仁菜さん（1年）が講師となり、流行の曲に合わせたダンスストレッチを行いました。リズムに合わせて、口ずさみながら、体を伸ばしていると、心も体もリフレッシュすることができました。

この1年間で学んだセルコンが、どんどん広がってきています。生徒主催でやってみたりリフレッシュ講座、来年度はシリーズ化しようかな。



★卒業生が残してくれた 「スマホさよなら生活」★

「あ、昨日送ったメッセージ返ってきてないな。…」から始まる卒業生が書いてくれた作文。豊橋市小中学生話し方大会で入賞したこの作文を、セルコンルーム入口に掲示しています。これを読んだ人は、新しい一歩が踏み出せるかも。ぜひ読んでみてください。