



学校生活の中で「先生」という存在がとても重要だと思っているのは私だけではないと思います。私も今までに担任の先生だけでなく、いろんな先生方とお話をしてきました。なので、帯中の先生方がいかに生徒たちのために頑張っておられるかが分かりました。そんな先生方は、忙しい日々の中でどんな疲れの取り方、息抜きをしているのですか？できれば1年生を担当されている先生方に聞きたいです！（わがままですみません💦）



相談者です

1年生を担当されている先生方と書きましたが、他の先生方(2,3年生を担当されている先生方はもちろん、事務の先生方)もできるならばお願いしたいです！

人によって疲れの取り方、息抜きは違うと思いますが、私の場合は好きなことに集中する時間を作ること。そして、自分が一緒にいて心地よいと思える人との時間を過ごすことが息抜きになっているのだと思います。
 と言っても、私自身は学校で中学生のみなさんと一緒に何かを考えたり、笑ったりすることやみなさんのちょっとしたあたたかい一言にだいぶパワーをもらってるので、忙しいと思うことはあっても「息抜きしよう」と思ったことはあまりないかもしれません。ありがたいことですね。



帯中 先生

2学年の職員です。私は音楽を聴いている時間が一番リフレッシュできます！特に自分が中学2年生のときに友達から教えてもらったバンド（BUMP OF CHICKENって知ってますか？）が好きです。自分の楽しい気持ちも悲しい気持ちも、悩みも苛立ちも全部肯定してくれるような気がします。だから質問者さんが今好きなものや興味のあるものを大切にしてほしいと思います。もしかしたらそれは、将来の自分を支えてくれるかけがえのないものかもしれません。勉強や部活動も大切ですが、趣味も同じくらい大切です！



帯中 先生

私たちは、帯中の生徒に勉強を教えたり、成長のお手伝いができればと日々動き回っていますが、実は、みんなから元気ももらってることの方が多いのです。この質問も先生たちのことをたくさん見てくれていて、うれしい質問でした。
 息抜きの仕方ですね。私はインドア派ですので、休日は、好きな音楽を聴きながら、読書してます。読書といっても、ミステリーや推理小説が多いのですが。本に夢中になると、別世界にいけます。平日も、お風呂の後は、好きな音楽を聴きながら、ストレッチしてます。やっぱり、自分の好きなことをすると、リラックスできますよね。みんなそれぞれ、好きなことがあると思います。1日の生活の中に、好きなことをする時間を作ってみたらどうでしょう。こんなので、回答になってるでしょうか？地味でゴメンなさい。



帯中 先生

たしかにそれ私も気になる



ご回答ありがとうございました！回答してくださったのを参考にして、休日などはリラックスしてゆっくり休みたいと思います😊