



記念館だより

2026年6月

頑張り過ぎないことも大事

横江 卓

「6月のなぞなぞ」
お家を背中に背負ってゆっくり歩く虫って
なーんだ??

馬は全力で走り続けると死んでしまう（心不全）そうです。約500キロの体重を細い足で支える負担や極度の酸素不足が起こるためとのこと。

また、足を骨折して寝たきりになると内臓が重くて圧迫されて、自分の内臓で肺や心臓が押し潰されて呼吸が苦しくなり安楽死を選ぶしかなくなってしまう。

このためジョッキーが最初から最後まで全力で走って倒れてしまわないように管理しているそうです。

子どもの頃の徒競走のように馬も最初から最後まで全力疾走していると思っています。

人間もスポーツ・勉強・趣味・遊びなど「全力投球」する大切や気持ちよさから学ぶものはたくさんあると思います。しかし同時に「燃え尽き症候群」という言葉もあります。

「頑張り過ぎていないか?」「無理しすぎていないか?」時々、ジョッキーのようにペース配分を管理して、力を入れるところと力を抜くところを管理していきたいですね。

新年度に入って2か月経ちました。みなさんは新年度の生活に慣れましたか?

私は今年の4月から神奈川県藤沢から東京都墨田区本所吾妻橋まで通うことになりましたが、都営浅草線東日本橋駅でようやく電車の座席に座れる毎日です。特に新橋駅での乗り換えが鬼門。混み過ぎでホームから改札が出るまで、いつも15分近くかかっています。ただ電車に乗っていた顔ぶれを見ると同じように藤沢駅や、さらに下った東平塚や小田原からずっと乗ってきている人たちもいます。尊敬の念を覚えずにはいられません。

私も頑張り過ぎないで湘南ライナーやグリーン車に乗って燃え尽き症候群にならないようにしたいと思います。

グリーン車ででの至福の一杯が私の楽しみでもあります。



なぞなぞ答え：かたつむり

本所賀川記念館児童クラブ（児童厚生施設） 2026年6月1日（月）発行

〒130-0005 東京都墨田区東駒形 4-6-2 一般財団法人本所賀川記念館 TEL：03-3622-7811

学童クラブ

気温の高い日が続き、少しずつ夏らしさを感じる季節となりました。こどもたちは暑さに負けず、汗をかきながら夢中になって遊んでいます。

5月は感謝の日工作を行い、おうちの方への感謝の気持ちを込めたメッセージ付きのドアリースを作りました。下級生は、おうちの人の好きな色を思い浮かべながら材料を選び、工作を楽しんでいました。上級生は、紐や装飾を工夫してより華やかにアレンジし、それぞれが思い思いの言葉で感謝の気持ちを表現していました。また、「たくさんの人に感謝を伝えたい」という思いから、自由工作で花束を作るおともだちの姿も見られました。

これからも、さまざまな活動や経験を通して、こどもたちが自分の思いを表現する楽しさを感じられる時間を大切にしていきたいと思います。

(中村)



低/高 お泊り会

低学年はみんなで銭湯へ！高学年はみんなでストリングアートに挑戦！他にも楽しい企画が盛りだくさん♪学童の仲間と特別なお泊りを楽しもう！

日時：高学年…6月13日(土)～14日(日)
16時半～翌日10時

：低学年…6月20日(土)～21日(日)
16時～翌日10時

場所：本所賀川記念館



記念館トピック

【賀川研究会】

『賀川豊彦協同組合論集』

明治学院生活協同組合 1968年
第十二章 生命保険組合への進路

日時：6月18日(木)

18:00～19:00

場所：本所賀川記念館

3階ホール(西側ピアノ室)

どなたでもご参加いただけます。

ご興味のある方は3階までお越しください。

コスモス食堂

今回のメニューは夏野菜を沢山使ったラタトゥイユと、梅雨の雰囲気を感じるアジサイゼリーです！カラフルな料理を美味しく楽しもう！

- ・ラタトゥイユ
- ・アジサイゼリー
- ・ごはん

日時：6月27日(土)10時～13時

詳細はチラシをご覧ください♪

次回は7月18日(土)です☆

ピアノ教室

毎週月・火曜日

講師：石坂 友美先生

保育園から中学生以上のお友だちまで、それぞれ

目標を設けてピアノの練習を楽しんでいます♪



エールの日工作

毎日お仕事を頑張ってくれているおうちの人へ、応援と感謝の気持ちを込めて、うちわを作ろう！

日にち：6月15日(月)～6月19日(金)

場所：学童クラブ室内

