



キャンパスエイドだより

令和 4年 6月 高萩高等学校学校



高萩高校の皆さん、こんにちは！キャンパスエイドだより 6月号担当の中垣・滝・小室・柴田です！
新学期が始まって2ヶ月、少しずつ環境に慣れてきたころではないでしょうか？梅雨明けも間近で、寒暖差で体調を崩しがちですが、梅雨を乗り切って頑張っていきましょう！

数字…対象の学年
無印…全学年

今月の活動予定



月	火	水	木	金	土	日
		1 小室柴田 ③④	2 加藤滝 ②	3 会川黒澤	4	5
6	7 芦田野上 ①	8 坂元小室 ③④	9 加藤滝 ②	10	11	12
13 島田坂元	14 中垣野上 ①	15 黒澤小室 ③④	16 加藤滝 ②	17	18	19
20	21 中垣見目 ①	22 坂元柴田 ③④	23 加藤滝 ②	24 会川黒澤	25	26
27	28 吉成見目 ①	29 柴田小室 ③④	30			

活動時間
10:00～15:00



父の日の由来&オススメのプレゼントを紹介！



皆さん、先月には母の日がありました、今月の19日(日)は父の日です！

日本で父の日といえば6月の第3日曜日ですが、父の日の由来を知っていますか？

始まりはアメリカに住むソノラという一人の女性でした。彼女は男手1つで育ててくれた父をとて敬愛していました。当時アメリカでは父の日が存在せず、ソノラは父の誕生日に合わせて父の日のお祝いしようと考えましたが、準備が間に合わず6月の第3日曜日になったと言われていました。

母の日にはカーネーションを贈るのが定番ですが、父の日に贈る定番といえばなんでしょう？日本では父の日に贈るものとして、黄色いバラが定番だそうです。ですが、父の日発祥のアメリカでは、特に定番の花はないそうです。

では、実際にお父さんは何をもらうのがうれしいのでしょうか？インターネットの記事では「父の日の贈り物」として、食べ物やスイーツ、ビジネスグッズなどが選ばれているそうです。また、意外にも甘いものや、メンズコスメなどが贈り物としてうれしいようです。皆さんも日ごろの感謝を伝えてみてはいかがでしょうか？



雨の心理学

六月に入り梅雨時期になってきましたね。雨が好きな人も嫌いな人もいますが、雨による気分の変化には心理的な理由が存在しているのです！

雨が降ると気分が落ち込む理由

雨が降ると気分が落ち込む理由は気圧が関係しています。雨が降ると気圧が下がり、肉体はその急激な気圧の変化にうまく対応できなくなります。そうすると緊張状態とリラックス状態を司っている自律神経のバランスが乱れ、気分の落ち込みや頭痛などにつながります。

雨が降ると落ち着く理由

雨の音のような自然音は 1/f ゆらぎと呼ばれる人間がリラックスしやすい揺らぎを持っています。自然の中にある音は不規則ではありますがある一定のリズムを持っており、これらの音が人間の自律神経を整え気分をリラックスさせてくれると言われています。

このように雨には様々な働きが存在しています！転機にうまく対応して梅雨の時期を乗り越えていきましょう！

