

P. S. 日本語学校便り

2012年 11月号

① 学校より **Mensagem da Escola**

先月の続き、食べ物についてお話ししたいと思います。

お子さん達は朝食をちゃんと取っていますか？

皆さんも聞いたことがあると思いますが、1日の食事の中で1番大事なのは朝食です。その日活動するためには体にエネルギーが必要ですし、勉強するのに脳みそにエネルギーが必要です。“朝食をしっかりと取る子の方が、取らない子より集中力が高く、勉強の成績もいい”ということが証明されています。(ちなみに、朝、脳みそをよく働かせるのは大豆だそうです)

朝は起きたばかりで眠く、また起きるのが遅くてあまり時間がない時もあると思います。ですが、朝食をきちんと取る習慣をつけてあげてください。

少し前とは違い、近年、学校におやつを持ってくる子が多いです。ですが、おやつについても少し考えてみてください。

“子供の体にとって必要だから”ではなく、“子供がお菓子を食べたがるから”おやつを持たせていませんか。

学校が終わって家に帰るのは4時過ぎです。昼食を食べてからわずか2、3時間後に本当におやつが必要でしょうか。(陸上や太鼓などで帰る時間が遅い時は必要でしょう。)

昼食をしっかりと食べていれば、おなかやすくことはありません。^{にほんご}日本語学校でおやつを食べなくても子供の体の成長に影響はありません。むしろ、友達と一緒に公園やグラウンドで遊んだり色々な事をしたりするべき休み時間をおやつを食べて話すだけで過ごすことになってしまっており、それは子供にとってはあまりいい過ごし方とは言えませんし、残念なことだと思います。

もし「おなかやすく」と言うのであれば、昼食をしっかりと食べるようにさせてください。どうしてもおやつが必要だと思う時には、お菓子だけではなく、バナナ、りんごなどの果物やパンなど栄養があり体にいいものを持たせるようにしてあげてください。

子供のころの習慣は、大人になっても簡単には変わりません。

Continuaremos falando sobre o tópico do mês passado... Alimentação.

As crianças estão comendo o café da manhã corretamente?

Vocês já devem ter escutado em algum lugar, mas dizem que a principal refeição do dia é o café da manhã. Precisamos de energia em nosso corpo para executar algum trabalho, ou até mesmo para estudar precisamos de energia em nosso cérebro. “Uma criança que come bem o café da manhã tem mais concentração e suas notas nas aulas são melhores em comparação a uma que não come direito”, isso já foi comprovado. (À propósito, de manhã, para fazer o cérebro funcionar é bom consumir soja.)

De manhã logo após acordar você pode se sentir sonolento, ou acaba acordando tarde e falta tempo. Mas, vamos colocar o hábito de comer bem no café da manhã nas crianças.

Diferente de alguns anos atrás, nesses dois anos a quantidade de alunos que trazem “lanchinhos” para escola aumentou consideravelmente. Mas vamos pensar um pouco nesses “lanchinhos” também.

Não estão entregando lanchinhos para as crianças não pelo fato de “ser necessário para o corpo da criança” e sim por que “elas querem comer lanchinhos”?

A criança volta para casa um pouco depois das 4 horas ao término das aulas, 2 ou 3 horas depois de comerem uma refeição, é realmente necessário outro lanchinho? (quando treinam Atletismo ou Taiko é necessário porque o horário que voltam para casa é mais tarde)

Se estiverem almoçando direito não vão sentir fome tão cedo. Mesmo que não comam lanchinhos na Escola japonesa o crescimento do corpo das crianças não será afetado. Assim, o tempo do recreio será usado para brincar com os amigos no parquinho ou no campo fazendo várias atividades físicas. Apenas comer e ficar conversando não é um bom jeito de se passar o tempo e também é um desperdício.

Se elas falam que “ficamos com fome”, por favor, faça com que comam o almoço corretamente. Mas se mesmo assim acharem necessário o lanchinho, não entreguem somente salgadinhos cheios de conservantes, mas também frutas como banana, maçã ou até mesmo pães que contem nutrientes que fazem bem para o corpo.

Os hábitos adquiridos quando criança, não são fáceis de mudar quando adultos.

②

11月の予定 **Planejamento de Novembro**

日 Domingo	月 Seg.	火 Ter.	水 Qua.	木 Qui.	金 Sex.	土 Sábado
				1	2 FINADOS	3
4	5 ANIVERSÁRIO 日帰り旅行	6	7	8	9	10 ABC テスト
11	12	13	14	15 REPÚBLICA スポーツ教室	16 休み	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1 de Dezembro
2 de Dez. にほんご 日本語						

Dia 05 Excursão

Dia 10 Teste de ABC 【KAIKAN】 (só na parte da manhã)

Dia 15 Aula de Esporte <idade de 13 até 17 anos>

Dia 16 Não haverá aula'

Dia 02 de Dezembro Exame de Proficiência de Língua Japonesa 【S.P.】

③

日記の一言 **Sobre o Diário**

先生、今年の弁論大会に僕をつれて行ってよかった。本当にありがとう。

今は本当にかつきもちがわかったと思っています。

今年まけてもあきらめないで、自分をしんじてすすもう！

今はこのように考えてます。

(Hiroki Ando (6º Série))



もう1週間以上たちました！でも私のきおくにちゃんと残っています。
それはスピーチコンテストのことを言っています。何年たってもその日は絶対に
忘れません！！ ～中略～ 自分にとっても不満でしたので、泣きました。
初めてくやしいということを知りました。
私はかんたんに泣く人間ではありません。でも初めて
くやしいことに泣きました。自分にとっても不満でした。
皆の発表を見た、いや、ちゃんと見れなかったです。
くやしすぎたからです。



(Lumi Li (classe superior))

10月の漢字テスト **100満点!** の生徒

Alunos que tiraram nota 100 na prova de KANJI em Outubro

上級生 : 岡村ゆみ×③・安藤あきら×③・武安よういち×②・

奥田シンジ×②・角田ゆかり・井伊るみ・名久井そらお

Superior : Yumi Okamura×③・Akira Ando×③・Yoichi Takeyasu×②

Sindy Okuda×②・Yukari Kakuda・Lumi Li・Sorao Nakui

6年生 : 安藤ひろき×②・島崎さゆり

6º Série : Hiroki Ando×②・Savuri Shimazaki

4/5年生 : 井伊えいか×②・宗ゆき×③・金子まさき・
城島なおみ・カロリーナ ペレイラ

4/5 Série : Eika Ii×②・Yuki So×②・Massaki Kaneko
Naomi Jojima・Carolina Pereira

3年生 : 横飛ひでお×④・コヘイア ビトリア×②

3º Série : Hideo Yokotobi×④・Vitória Correa×②

2年生 : 森みゆき×④・高倉まさかつ×②・百合ゆかり

2º Série : Miyuki Mori×④・Massakatsu Takakura×②
Yukari Yuri

1年生 : 井伊さゆみ

1º Série : Sayumi Ii

5

せんばい

先輩からのメッセージ Mensagem dos alunos veteranos



岡田 えり
16才
上級2年生

Eri Okada
16 anos

こころ つた
心から伝えたいこと

じゅうねんいじょう わたし
もう十年以上たちました。私が

にほんごがっこう かよ
ピラールドスール日本語学校に通い

はじ ひ いま じんせい
始めた日から。まるで今までの人生は

にほんごがっこう す
日本語学校とともに過ごしてきた

き
ような気がします。

にほんごがっこう とき わたし なに わ おきな おんな こ
日本語学校に入った時、私は何も分からないただの幼い女の子でした。

なら いろ ひと み まな
それから、色々なことを習い、色々な人を見て学びました。

わたし まえ ある せんばいたち いま おお こうはい わたし
私の前を歩いていた先輩達のことはいまでもよく覚えています。後輩という私

たちば み かれ せなか おお
の立場から見たら、彼らの背中が大きかったし、どんなことでもチャレンジして、

じょうず べんきょう え か なん
そして上手にできていました。勉強でも、スポーツでも、絵を描いても、何でも

み かがや ほし
かんぺきでした。見てみると輝いているすてきな星のようでした。カッコいいな、

おお おな わたし おも
大きくなったら同じようになりたいな、といつも私は思っていました。

わたし むかし かれ おな せんばい おな
そして今、私は昔の彼らと同じようにやっと先輩になりました。同じような

わ せんばい
のかは分からないけど、とにかく先輩になりました。

こうはいたち むかし わたし おな わたし よ せんばい おも
「後輩達は昔の私と同じように私のことを良い先輩だと思っているのかな」

ときどきわたし かんが じぶん よ せんばい わる せんばい
と、時々私は考えます。自分ではたぶん良い先輩でもないし、悪い先輩でも

あいだ おも
ない。ちょうどその間だと思います。

わたし ちい とき せんばい よ おも
私が小さかった時、先輩になるのはとても良いことだと思っていました。

はや おも せんばい かんたん
早くになりたいと思っていました。でも、先輩になってみると、そんなに簡単な

きづ わたし こうはい とき こども かてい
ことではないと気付きました。私が後輩だった時は、子供は家庭でしっかりと

きょういく こま めいわく いま
教育されていたし、あまり困ったことや迷惑なことをしませんでした。でも今の

こどもたち じゅぎょうちゅう さわ
子供達は、きびしくきょういくされてないみたいです。授業中は騒いでいるし、

せんばい うやま せんせい い こと き
先輩を敬わないし、それだけでなく先生の言う事まで聞きません。それはとても

こま もんだい ため せんばい がっこう おこ ちゅうい
困った問題です。でもその為に先輩が学校にいます。怒ったり注意したり、

いっしょ あそ はな わら ちい こたち ひ ば
また一緒に遊んだり、話したり、笑ったりして、小さい子供達を引っ張るのです。

せんばい こうはい よ えいきょう あた こうはい せんばい みなら がっこう かがや
先輩は後輩に良い影響を与え、後輩は先輩を見習う。そして学校の輝きを

つよ
強くさせていくのです。

ざんねん ことし にほんごがっこう そつぎょう せいと おお
ですが残念なことに今年、日本語学校では卒業する生徒が多いみたいです。

つぎ せんばい じゅうさんさい じゅうよんさい せいと ひつよう せんばい
それも次の先輩になるはずの十三才や十四才の生徒です。こんなに必要な先輩

かれ がっこう で りゆう わ
がすくなくなるということです。彼らが学校から出るその理由はよく分かりませ

わたし かれ おな ねんれい ころ
んが、私が彼らと同じ年齢だった頃は

ことし せんばい そつぎょう がっこう
「アー、今年はまたたくさん先輩が卒業するなあ。学校はつまらなくなって

わたし で
しまうなあ。だったら私も出たい」

おも わたし にほんごがっこう かよ つづ
といつも思っていました。でも私は日本語学校に通い続けました。そして

じょうきゅうせい せんばい ちい こたち
上級生になり、また先輩にまでなりました。すると、小さい子供達からそれまで

ちが め み はじ とは違う目で見られ始めました。そして先輩として色々な経験をすることができました。

また、先輩としての経験だけでなく、生徒としても学校と先生から経験をさせてもらいました。ただ毎日いすに座って勉強するだけではなく、母と父の日発表会や敬老会の為に二週間出し物の練習をしたり、調理実習をしたり、マラソンをしたり、本当に数え切れないぐらいの経験をし、そして楽しい思い出ができました。それは、ピラール・ド・スール日本語学校に通ってきた私達の心にきっと一生残るはずです。後輩の皆にも、まだまだそんな経験や思い出を手に入れてほしいと思います。

ことし わたし そつぎょう 今年、私は卒業します。なにげない時に、ふと色々な思いが頭にうかびます。難しいことや大変な事があった時にはいつも、

『あきらめない、あきらめるな！今あきらめてしまったら一生あきらめることになってしまう！』

わたし かんが と私は考えていました。

「だから、後輩の皆、何があってもすぐにあきらめないで！

きっといつか後悔してしまうから。

だから自分の為に頑張って！そしてもう少し学校にいて、後輩にとって

よい影響を与えられる先輩になって！」

後輩の皆には、いつかピラール・ド・スール日本語学校という大空にキラキラ輝くすてきな星のようになってほしいです。

Quero transmitir do fundo do meu coração

Já se passaram mais de dez anos. Desde o primeiro dia que eu comecei a frequentar a Escola Japonesa de Pilar do Sul. É como se até hoje a minha vida tivesse andado junto com a escola japonesa, é isso que eu sinto.

Quando eu entrei na escola japonesa, eu não sabia nada e eu era apenas uma menina ingênua. Mas ao passar do tempo comecei a aprender muito e não apenas estudando, mas também vendo os outros alunos mais velhos. Eu posso me lembrar muito bem até hoje dos veteranos que estavam sempre andando na minha frente. Olhando do meu lugar de caloura, as costas deles eram grandes, sempre faziam qualquer coisa, e faziam isso muito bem. Sejam os estudos, os esportes, os desenhos que faziam, tudo isso neles eram perfeitos. Pareciam lindas estrelas brilhando. Eu sempre pensava, “eles são tão legais, quando crescer quero me tornar igual a eles!”

E agora, finalmente eu pude me tornar uma veterana igual a eles. Não sei se sou igual a eles, mas agora sou uma veterana. As vezes eu penso, “será que os calouros pensam que eu sou uma boa veterana, assim como eu pensava sobre os antigos veteranos?”. Eu acho que eu não sou nem uma ótima e nem uma péssima veterana, estou bem lá no meio.

Quando eu era pequena, achava que se tornar um veterano era algo muito legal, eu queria me tornar logo uma também. Mas ao me tornar veterana percebi que não é algo tão fácil quanto eu pensava. Quando eu era caloura as crianças eram mais educadas, e não faziam coisas que causavam muito problema. Mas as crianças de hoje parece que não são rigorosamente educadas. No meio da aula elas não param quietas, não respeitam os veteranos, e ainda por cima até os professores elas não escutam. Isso se tornou um grande problema. Mas, é para isso que temos

os veteranos na escola. Chamam a atenção dos menores na hora que for preciso, ajudam, e também brincam, conversam, dão risadas juntos, assim puxando os menores para cima. Os veteranos sempre dando um bom exemplo para os calouros, e os calouros sempre aprendendo vendo os veteranos. E assim vamos deixando o brilho da escola mais forte!

Pena que esse ano, na escola japonesa em que eu estudo, muitos alunos irão sair, eles vão se formar. Dentre eles também sairão alguns alunos de treze e quatorze anos, que seriam os próximos veteranos da escola. Ou seja vão ficar apenas poucos veteranos que são tão essenciais na escola. Eu não sei o motivo da saída deles, mas quando eu estava na mesma idade eu pensava, “aah, esse ano bastante dos veteranos vão sair de novo, a escola vai ficar muito chata, então também quero sair!” Mas eu continuei estudando na escola japonesa. E então eu subi para a classe superior, e até me tornei veterana. E assim os mais novos começaram a me olhar com olhos diferentes. E também como veterana pude ganhar muitas experiências, que eu levarei para vida toda.

Mas, não apenas experiências como veterana, mas também como a própria aluna, experiências que a escola e os professores nos deram a chance de ganhar. Não é apenas todo dia sentar na cadeira e estudar, todos os anos treinando duas semanas seguidas para as apresentações dos dias das mães e dos pais e no dia dos velhinhos, fazemos culinária, corremos a maratona do Anchieta, e entre outros incontáveis eventos. E assim construímos muitas boas lembranças. E são essas lembranças que com certeza ficarão para sempre no coração das pessoas que estudam ou estudaram na escola japonesa de Pilar do Sul. Eu desejo que os calouros também tenham essas experiências guardadas consigo.

Esse ano eu irei me formar. As vezes me pego pensando em todas as situações que eu vivi nessa escola. Sempre quando tínhamos que fazer

algo difícil ou que desse muito trabalho, eu dizia para mim mesma “ Eu não vou desistir, eu não vou desistir! Se eu acabar desistindo agora, vou desistir de qualquer coisa para sempre!”

Por isso calouros, haja o que houver não desistam logo de cara sem ao menos tentar! Com certeza um dia vocês irão se arrepender. Por isso se esforcem por vocês! E tentem se tornar um veterano que sempre dará um bom exemplo para os menores!

Eu desejo que cada um de vocês se tornem as lindas estrelas que brilham no grande céu azul que é a Escola Japonesa de Pilar do Sul.



10月の写真 (fotos de Outubro)



