

三つの約束

- あいさつ
- 整理整頓
- 時間を守る

児	1年生28名	4年生29名
童	2年生27名	5年生47名
数	3年生43名	6年生45名
	にじいろ1組 3名	2組 4名
	全校児童数 226名	

## 自分の感情に気付かせる関わり合いを～「感情のラベリング」をしてみよう!～ 校長 平川 泰樹

職員玄関のお花が華やかに咲き誇り、昨年度ビオトープに植樹した山桜に花が咲きました。気象の変動も大きくなっていますが、季節の巡りを感じる事ができ、さらに今日からは子どもたちの元気な声が学校に戻ってきてワクワクした気持ちが大きく膨らんでいます。本年度も、お子様一人一人が安心して自分らしく過ごし、学びをより一層深めていける一年となるよう、教職員一同、力を合わせてまいります。



さて、本校では、これまでコミュニケーションの基盤をつくりながら、学びの中で「わかった」「できた」そして、「わかってもらった」を増やす取り組みに力を入れてきました。そして、子どもたちのキラリ輝く瞬間を見逃さずに、認め、励ますことで、子どもたちの自己肯定感を高め、学習に意欲的に取り組めるように教育活動を進めてきました。今年度は、「感情を見える化し、感情に気づく機会をつくること」を大切な取り組みの一つとして取り組んでまいります。子どもたちは日々の生活の中で、うれしい、楽しいといった気持ちだけでなく、不安やいらだち、悲しさなど、さまざまな感情を経験しています。しかし、それらの気持ちに自分で気づき、適切に表現することは、決して簡単なことではありません。

昨今、法政大学教授 渡辺弥生先生が提唱している「感情のラベリング」という考え方が注目されています。感情のラベリングとは、自分の中に生まれた気持ちに「名前をつける」ことです。たとえば、「なんだかモヤモヤする」という状態を、「悔しい」「不安」「さみしい」など、具体的な言葉で表してみることです。



一見、簡単なことのように思われるかもしれませんが、この「言葉にする」という行為には大きな意味があります。人は、自分の気持ちをはっきりしないときほど、不安が強くなったり、行動が乱れたりすることがあります。しかし、感情に名前をつけることで、「自分はいまこう感じているんだ」と客観的に捉えることができ、気持ちを落ち着かせたり、次の行動を考えたりすることができるようになります。

たとえば、授業中に思うように問題が解けず、いらいらしてしまう場面があります。そのとき、「もうやりたくない」と投げ出してしまわずに、「できなくて悔しいんだ」「わからなくて不安なんだ」と自分の気持ちに気づくことができれば、「もう一度やってみよう」「先生に聞いてみよう」といった前向きな行動につながります。

また、友達との関わりの中でも、感情のラベリングは大切です。たとえば、友達に強い言い方をしてしまった子が、「ただ腹が立った」のではなく、「仲間に入れてもらえなくてさみしかった」「うまく伝えられなくて悔しかった」と気づくことができれば、その後の関係の築き方も変わってきます。相手の気持ちを想像する力や、思いやりの心も育っていきます。

このように、感情のラベリングには大きく四つの教育的効果があります。一つ目は、「自分の気持ちを理解する力(自己理解)」が育つことです。二つ目は、「気持ちを落ち着かせる力(感情調整)」が高まることです。そして三つ目は、「相手の気持ちを考える力・理解する力(共感性)」が育つことです。四つ目は、「わからない＝つまらない」ではなく、「わからなくて不安」「できなくて悔しい」と整理できると、先生を始め関わる人たちが適切な支援をしやすくなります。そうすることで、学びが前向きなもの(学習意欲)になるのです。これらはすべて、これからの社会を生きていく子どもたちにとって、学力と同じくらい大切な力となっていくはずです。

本校が目指すのは、「安心して自分を表現できる学校」「互いの違いを認め合い、支え合い、高め合える温かな学校」です。そのためには、「どんな気持ちもあってよい」という土台のもとで、子どもたちが自分の感情に気づき、それを大切にしながら生活できる環境づくりが欠かせません。

トラブルが起きた際にも、行動だけを注意するのではなく、「そのとき、どんな気持ちだったのかな」と問いかけ、気持ちについて訊きだすことで、寄り添う指導を大切にしていきます。

ご家庭におかれましても、「どうしてそんなことしたの?」と理由を問うだけでなく、「そのときどんな気持ちだったのかな」と声をかけていただくことで、お子様は安心して自分の気持ちを話すことができるようになります。「うれしかったね」「悔しかったね」と気持ちに寄り添う言葉が、子どもたちの心を大きく育てていきます。

新しい環境に期待と不安が入り混じるこの時期だからこそ、子どもたち一人一人の心に目を向け、丁寧に関わっていくことが大切です。ドキドキをワクワクに変えていきましょう。学校と家庭が手を取り合いながら、子どもたちが自分の気持ちに気づき、それを大切に、よりよく生きていこうとする力を育てていきます。本年度もどうぞよろしくお願いいたします。



# 4月の行事予定

月	火	水	木	金
6	7	8	9	10
春季休業日	春季休業日	始業式・入学式	全校朝会 3時間授業 一斉下校	あいさつデー 生徒指導朝会 給食開始 1年:3時間授業 2~6年:5時間授業 PTA出欠・委任状締切
13	14	15	16	17
朝読書 1年:3時間授業 委員会 保健書類締切	朝清掃 1年:3時間授業	開校記念日 学年・学級の時間 1年:3時間授業	朝清掃 1年:3時間授業 2~6年:5時間授業 4~6年:懇談会	朝清掃 1年:3時間授業・懇談会 2・3年、にじいろ:懇談会
20	21	22	23	24
朝読書 1年:給食開始・4時間授業 2~6年:5時間授業 5年:視力検査	朝清掃 1年:4時間授業	1年生を迎える会 児童集会・音楽朝会 1年:4時間授業 4年:視力検査	朝清掃 1年:4時間授業 3年:視力検査 6年:全国学力学習状況調査(国・算)	朝清掃 全学年:4時間授業 避難訓練
27	28	29	30	
朝読書 1年:4時間授業 2年:視力検査 6年:全国学力学習状況調査 (質問) クラブ	朝清掃 1年:4時間授業 1年:視力検査	昭和の日	朝清掃 1年:4時間授業 2~6年:5時間授業	

## 『中富小電話番号』について

電話番号

04-2942-0008

発信専用電話番号

080-4198-5389

080-3700-9166

この番号からの着信は、中富小学校です。

電話帳への登録をお願いいたします。

なお、電話対応の時間は、午前7時30分~午後6時までとなりますので、よろしくお願いいたします。

## 『インターホン使用』について

中富小学校に来校し、校舎内に入られる際には、職員、1・2・6年生昇降口側にあるインターホンで、職員室に要件を伝えてください。

また、遅刻で児童を送ったり、早退で児童を迎えに来たりする際には、教室まで送り迎えをするようにお願いいたします。

## 『ほっとメールテスト配信』について

4月10日(金)午後12時にテスト配信をいたします。受信できているかを確認していただき、受信できていない場合には、学校から連絡する場合があります。

## 『なかよし小道の通行』について

なかよし小道は保護者のみや一般の方の通行はできません。児童の送り迎えやその帰りには通行できますが、それ以外は、公道を通行するようにお願いいたします。



本年度もよろしくお願いいたします