

# 磐崎小学校だより

いわき市立磐崎小学校 文責：校長 圓谷 貴



## すばらしい子みつけた！！

トイレのサンダルを、手で直してくれているお友達を発見しました。1年生のT君です。誰も見ていないところでも良い行動のできるT君にとっても感心しました。

## 豆まき集会の様子



2月1日（金）、立春を前に豆まき集会を行いました。年男・年女の5年生が袴を着て、大休憩の時間に各教室を回り、豆まきをしました。

各クラスでは、自分の追い出したい鬼を考え、豆をまいたり拾ったりして、楽しいひとときを過ごすことができました。

2月4日からは暦の上では春となります。新しい目標に向かって、子どもたちも躍進して欲しいです。

## NRT学カテスト



まもなく、6年生は卒業、そして1～5年生は進級を迎えます。学年末にあたり、学習の総まとめとして2月13日（水）にNRT学カテストを実施します。

自分の苦手な学習等を振り返り、自分の課題を克服できるよう、家庭学習においても、ご支援をよろしくお願いいたします。「家庭学習スタンダード」や「家庭学習の手引き」の活用についても、もう一度ご確認ください。

## いじめについて



全校朝会の校長講話の中で、「いじめは絶対にやってはいけないこと」を繰り返し指導しています。今回は、「弱い者をいじめてはなりません」という仲の掟のお話や「いじめられた子の気持ちを想像できる子になって欲しい」ことなどをお話ししました。人間が2人以上いれば、いじめは起こり得ます。ご家庭でも、折りに触れてご指導をお願いいたします。

## 不登校について



年間30日以上欠席があり、校長が不登校と認めた場合に「不登校」としての取扱いをします。「不登校」の指導として大切なことは、学校と家庭との接点を切らないことであると思います。

不登校の期間が長くなればなるほど、復帰は容易ではありません。初期の場合、保健室登校や短時間登校でも良いので、根気強く関わっていきたいと思います。

## ワンポイントアドバイス⑱ ～メンタルヘルス研修会より～



先日、子どもメンタルヘルス研修が開催されました。講師の先生は、中京大学社会学部教授・浜松医科大学子どものこころの発達研究センター客員教授の辻井正次先生です。

震災以降、ずっと福島県の子供たちに寄り添い、「心のサポートアドバイスシート」を通して子どもたちの相談に関わってきた先生です。

特に、「こころの元気さ」が低く、「こころのイライラ」度が高い状態がつづく場合は、要注意のことでした。例えば、「こころの元気さ」では、ぐっすり眠れない、体がだるい、やる気がでない、自己評価が低い、など。「こころのイライラ」度では、すぐに怒る、よくケンカをする、忍耐力が低い、被害者意識が強い、などです。

概略としては、「こころの元気さ」が低い場合には、問題解決や気晴らし行動をして、気持ちを切り替えることが重要なようです。また、「こころのイライラ」度が高い場合には、リラックスしたりクールダウンさせたりすることが有効なようです。また、どちらの場合も、先生や親に気持ちを伝えることが共通して大切であるとのことでした。

研修会では、「自分を大切にすること」方法と気持ちの切り替えやコントロールする方法を演習を交えて教えていただきました。適応行動（当たり前と思える行動）から良いところを見つける大切さや、認知行動療法やリラクゼーションなどにも触れ、大変参考となる研修会でした。

以前に、一人ひとりの子どもたちに渡してあるアドバイスシートはご覧になられたでしょうか。子どもたち一人ひとりの状況が違うので、ご心配がある場合は、ご相談いただきたいと思っています。専門的なアドバイスについては、臨床心理士等に引き継ぎつぐこともできます。