



東小松川だより

令和6年11月29日（金）

江戸川区立東小松川小学校

12月号

「切り替え・気合スイッチ」

校長 高木 伊織

先月、プロ野球の日本シリーズが行われ、セリーグ3位の横浜DeNAベイスターズが下剋上を果たし日本一に輝きました。その優勝が決まった試合で、監督や選手、コーチやスタッフの方々がグラウンドを一周してファンに挨拶をしているときです。昨年の学校だよりで「レジリエンスと気合スイッチ」と題してお伝えした、横浜DeNAベイスターズが導入した「やる気スイッチ」が同球団メンタルスキルコーチの遠藤拓哉コーチの胸に掲げられていました。このスイッチは、ベンチ内に設置した直径30cm程の太鼓型クッションです。選手たちは試合開始時次々とクッションにタッチしてグラウンドに飛び出します。失敗してもタッチして気持ちを切り替えるスイッチなのです。スポーツ心理学のスペシャリストのアイデアが選手のメンタル的な支えとして、最適なパフォーマンスを発揮するための秘密兵器として選手を後押ししていました。学校の教職員の皆さんはいつでもやる気満々なので、教室に向かう際の「気合スイッチ」として職員室に掲げられていました。鈴木主事さんがクッションを見つけ、前図工専科の鈴木先生がレンちゃんのイラストを描き、家庭科の清水先生が壁掛け用に裁縫してくださったものです。ベイスターズのような形に表れた効果はわかりませんが、上手にスイッチオンをして「今日も子どもたちが待っている、さあやるぞ。」と教室に向かってくれたと思っています。このスイッチを先日、朝会で子供たちに紹介しました。

管楽器演奏発表会や学習発表会が間近に迫り、子どもたちも意気込んでいます。こんな時こそ油断しがちで、いつもなら注意を払っていたことが疎かになり、事故やトラブルにつながりかねません。そこで、子どもたちには、「切り替え・気合スイッチ」として、「気分がのらない」「むしゃくしゃする」「〇〇をがんばるぞ」「〇〇をやりとげよう」等のときに使ってみてくださいと職員室前に掲げました。行事や学期末で慌ただしい日々を上手に気分を切り替えて乗り切ってほしいと思います。また、学校では以前から相談ポストを設置しています。困り事や悩み事等を知らせる相談カードに加えて、2学期から友達などに親切にされたり、言われてうれしかったりすることを知らせるフワフワカードの2口を設置しています。現在はまだ投函がありませんが、学習発表会後はフワフワカードが見られることを期待しています。

「レジリエンス」、日本語では「回復力」「復元力」などと言われ、思い通りにいかない、何かで失敗をしてしまった等、ストレスを感じた時の自己回復力のことです。レジリエンスとは、ストレスに負けずに自分がやりたいことをやるためにあるもの。ストレスに対抗する手段の一つです。ストレスが無いにこしたことはありませんが、世の中は自分以外の人との共存の場です。レジリエンスを高めるためには、ストレスをゼロにすることを目標にしないことが大切です。やはり、ある程度のストレスを経験しないと、ストレスに対処する練習ができません。大人は、何から何まで先回りして子供のストレスの芽を摘もうとしがちですが、これからの人生を自分で歩いていくお子さんのことを長い目で見れば、子供のためになるのでしょうか。ある程度のストレスを経験させることが大切と考えます。「切り替え・気合スイッチ」等をうまく活用しながら、くじけずに何度も挑戦し、成功体験として自信に変え、自己肯定感を高めてレジリエンスを伸ばしていきましょう。

今年も残りひと月ほどで暮れます。2学期の生活面・学習面のまとめをしっかりと行いながら、年始にたてた目標や願いについても振り返ってもらいます。2025年の巳年、干支でいうと「乙巳（きのとみ）」のこの年は、学んできたことや努力してきたこと等、これまでの努力や準備が実を結び始める時期を示唆しているようです。学校も校庭が出来上がり、新校舎の完全完成の年にもなります。

保護者、地域の皆様、本年は例年以上に皆様から多くのご理解、ご協力をいただきましたことに厚く感謝申し上げます。インフルエンザ等の感染症等にご留意されながら、どうぞよい新年をお迎えください。

【12月の行事予定】

1	日	
2	月	振替休業日
3	火	
4	水	安全指導
5	木	B時程4時間(校内研究日のため) 5年2組のみ5時間授業
6	金	B時程5時間 江戸川区学力調査 保護者会(1~6年) ウインタースクール保護者説明会(5年)
7	土	
8	日	
9	月	委員会⑧ スタディウィーク(始)
10	火	社会科見学(6)
11	水	避難訓練
12	木	歯科指導(3年)
13	金	スタディウィーク(終)
14	土	
15	日	
16	月	なわとび出前授業 クラブ⑦
17	火	なわとび出前授業
18	水	笑顔と学びのプロジェクト(3年)
19	木	
20	金	保護者による読み聞かせ 教育委員視察
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	給食(終) 4時間授業
25	水	終業式 大掃除 4時間授業
26	木	冬季休業日(始)
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	

《開校記念集会有りました!》

11月15日(金)に開校記念集会在行われました。集会では、代表委員の児童が司会・進行をはじめ、校内クイズラリーの答え合わせをオリジナルの劇を交えて行うなど、大活躍でした。2週間前から校内クイズラリーに取り組み、どの学年も当日までワクワクしながら問題を解く姿が見えました。集会の後半には鼓笛隊の演奏発表があったり、開校記念校歌を全校で歌ったりなど、内容盛りだくさんで学校の誕生日をお祝いしました。



《学習発表会に向けて全力で!》

11月から学習発表会に向けての練習に励んでいます。今年も2・4・6年生は音楽発表、1・3・5年生は学習発表を行います。

学習発表会まで、休み時間に練習したり、友達同士でアドバイスをし合ったり、どの学年も発表会に向けて努力を重ねる姿が見られました。当日がとても楽しみです!子どもたちの日頃の学習の成果や活躍をご覧ください。



1月前半の予定

- 1月 8日(水) 始業式 4時間授業
- 1月 9日(木) 給食始 書初め大会
- 1月10日(金) 安全指導、書初め大会
委員会
- 1月14日(火) 発育測定(4年)
- 1月15日(水) B時程4時間授業
発育測定(2年)
- 1月16日(木) 発育測定(3年)
スケート教室(4年)
- 1月17日(金) 避難訓練
発育測定(1年)

※9日から書初め大会・発育測定を予定しております。書初めセットや体育着を持たせてください。