



# 千代田っ子

学校だより  
令和5年度  
第6号  
令和5年9月29日



## 「心地よい感情」も「不快な感情」も子どもの「ありのまま」を受け止めて

校長 倉橋 昭彦

先日、東光中学校の学校祭に行ってきました。中学生の頑張っている姿を見ることができて、私も元気が出ました。特に合唱は胸を打つものがありました。まだまだコロナ感染症は続いています。久しぶりに制限の少ない学校祭は、生徒のみなさんにとっても思い出に残るものになったのではないのでしょうか？

もう1ヶ月が過ぎますが、夏休みに1冊の本を読みました。「ちゃんと泣ける子に育てよう 親には子どもの感情を育てる義務がある」（大河原美以 河出書房出版）です。

「苦しい」「悲しい」「腹が立つ」「怖い」「憎たらしい」…大人もそうですが、子どもにとってもこの感情は身体からあふれる生理現象です。この感情を止めることは出来ませんし、まして、この感情をもってはいけません…という風にはなりません。「文明」が発達して「便利に、豊かになる」ということは、実はこれらの感情を出来るだけ避けるようになってきているところがあります。「暑くていらいらする」という感情が「クーラー」の開発の源になっていると考えると過言ではないと思います。

ただ、今はあまりにも予防策が多くなってしまっていることや、どちらかというマイナスの感情を子どもが出すことに対して「不快さを感じる大人」が増えたことで、子どもがその感情そのものを出ることが出来なくなっていたり、感情への対処法が分からなくなっていたり、感情そのものを封印したり…ということが起きています。「危機」への原始的防衛の仕方には「たたかう」「にげる」「かたまる」の3つの方法があるといわれています。子どもにとっての不快さは「危機」です。この原始的防衛の仕方から、きちんと対処する術（すべ）を身に付けていく必要があります。感情そのものをなくすことは困難でしょうし、子どもの発達過程の中でやはり避けて通ることの出来ない「困難」や「不快さ」は必ず存在します。その時に、その感情をしっかりと表出させ、「あー、あなたは今〇〇だね」と受け止め、そのような感情も含め大人の関わりで子どもを安心・安全に導くことが大切になります。

学校教育の中で出来ることもありますが、限界があります。私も3人の子どもを育てた親として、失敗もたくさんありましたが、子どもの安心・安全の根幹を形成するのは、親にしか、保護者にしか出来ないことがあります。この本を読み、改めて学校と家庭が手を取り合い、子どもの「ありのまま」をしっかりと受け止め、そこから子どもが術（すべ）を身に付けるべく一歩を始めて行くことが大切だと感じました。

今日「あゆみ」が配付されます。学校生活ではいろいろなことがあります。その中で、先生や仲間と一生懸命に頑張っている子ども一人一人に大きな拍手を送ります。ご家庭でも励ましや称賛の言葉をお願いいたします。

# 生活リズムチェック週間の取組の結果

東光中学校区（千代田小・東光中・啓明小）では、生活リズムチェック週間を東光中学校のテスト期間に合わせて8月28日～9月1日に一斉に実施しました。児童の多くは、5日間、シートの記入により普段よりも生活リズムについて、意識して生活できていたようです。また、記録シートの「お家の人から」の欄から、取組について、お家の方もお子さんと一緒に関わって声掛けをして下さった様子が伺えました。ご協力、本当にありがとうございました。

集計の結果以下の通りになりました。児童自身の目標設定と自己評価のため、正確な数値ではありませんが、

○1日にメディアに触れる時間が多くなっている。

○寝る時間が目標時間より遅くなっている。

ことが特に数値として低く表れていました。



メディアに触れる時間が多くなっている→学習時間の減少・寝る時間が遅くなることにつながっているかと思います。ぜひ、この結果をお家でも話題に上げていただき、メディアの使用について、お家でもう一度、きまり・約束を確認する機会になれば、と思います。学校でも児童に意識をする声掛けをしていきます。よろしくお願いいたします。

学年	項目 忘れ物	学習時間	学習目的以外でテレビを見たり、スマホ・ゲームなどを使用した時間	寝る時刻	起きる時刻	朝食
		(目安) 学年+10分	(目安) 2時間以内	(目安) (1～3年生) 睡眠時間が10時間以上 (4～6年生) 睡眠時間が9時間以上		
1年	4.5	4.3	4.0	4.1	4.3	4.9
2年	4.2	3.7	3.6	3.4	4.1	4.9
3年	3.6	3.9	3.7	3.4	4.0	4.8
4年	4.2	3.8	4.1	3.7	4.1	4.9
5年	3.7	4.0	3.7	3.8	4.2	4.9
6年	4.1	4.0	3.9	3.7	4.1	4.7
全体	4.0	3.9	3.8	3.7	4.1	4.8

## 《数値について》

5日間の取組で目標（目安程度）を守れたら○として、○の数の平均です。5日全て守れたら「5点」となります。

# 前期が終了しました！

今日で、前期が終了しました。本日、子供たちには前期通知表を配布しました。ぜひご家庭で、お子さんの学校での頑張りと後期に向けての目標を確かめ合っていたいただきたいと思います。

前期は、修学旅行、宿泊学習、運動会などの大きな行事も天候に恵まれ、延期なく無事実施することができました。保護者の方のたくさんのご協力、ありがとうございました。

後期も健康・安全に気を付け、子供たちが毎日元気に過ごせるように、支援をしていきます。後期もよろしくお願いいたします。

## 10月の主な行事予定

- 2日(月) 学習発表会特別時間割
- 5日(木) 特別日課Ⅰ クラブ活動
- 6日(金) 特別日課Ⅰ  
SC来校日
- 9日(月) スポーツの日
- 10日(火) 教育研究大会のため臨時休校  
2の2, 4の2公開授業
- 11日(水) 特別日課Ⅰ
- 12日(木) 特別日課Ⅰ 委員会活動
- 13日(金) 特別日課Ⅰ 5時間
- 18日(水) 学習発表会(1年)
- 19日(木) 学習発表会(2年)
- 20日(金) SC来校日  
学習発表会(3年)
- 24日(火) 学習発表会(4年)
- 25日(水) 学習発表会(5年)
- 26日(木) 学習発表会(6年)
- 27日(金) 特別日課Ⅰ 5時間
- 30日(月) 避難訓練
- 31日(火) 教育相談①