



☆☆☆ 学びの羅針盤 ☆☆☆

Learning Compass

きたえ ふれあう 富沢っ子

子どもたちを笑顔で迎え 笑顔にさせ
保護者・地域に帰します！



◇教育目標：夢をもち 未来を拓く子ども

◇重点目標：人・社会・未来とつながるWell-being2022 ～学び合う・教え合う・認め合う・助け合う・励まし合う子どもの育成～

自己肯定感を高める「ありがとうございます」

校長 大野 昌広

あたらし とし はじ はつはる きよう ふ ゆき し よごと
新しき 年の初めの 初春の 今日降る雪の いや重け 吉事 (大伴 家持「万葉集」巻二十 4516)

《意味：新年を迎え、初春も迎えた今日、降る雪のように良い事もたくさん積もれよ》

令和5年がスタートしました。保護者・地域の皆様はどのような新年をお迎えになられたでしょうか。富沢小学校は13日(金)に第3学期がはじまりました。始業式に集まった元気な子どもたちの姿を目にし、事故・怪我・病気などに遭うことなく迎えられたことを喜ばしく感じました。登校してきた子どもが、皆、さわやかな挨拶をしてくれます。今年も玄関での健康観察、検温・消毒等、引き続きコロナ等の感染予防対策を行っています。知恵と工夫でコロナ禍以前の教育活動に近づくように舵を切りました。本年も保護者・地域の皆様のご理解とご支援をお願いします。

□日本の教育課題であり、本校の課題～自己肯定感の低さ

自己肯定感というのは、「自分を肯定的にとらえる意識や感情」のことをいいます。日本の子どもたちは、諸外国から比べると自己肯定感が低く、とくしく言われています。今年度の全国学力・学習状況調査においても「自分には、よいところがあると思いますか」という質問に対し、「当てはまる」と回答した小学校6年生が全国39.4%、中学校3年生が36.0%と低い数値。本校が12月に実施した児童アンケートでは、3.3ポイントでした。これは、想定していた数値目標を大きく下回るものでした。では、自己肯定感が低いとどのような問題があるのでしょうか。少し古いデータになりますが、東京大学社会科学研究所とベネッセ教育総合研究所が行ったアンケート「子どもの生活と学びに関する親子調査」によると、「自分の良いところが何か言うことできる」という質問に対して、性別や学年を問わず、肯定的に回答した児童生徒は、「勉強が好きであり、学習時間が長い」という傾向がみられました。自分を肯定的に捉えられないと、学習意欲が高まらず、自ら学習に向かうのが難しくなると言えます。学校においては、勉強がわからない、授業がつまらない等、学習上のつまずきや悩みがある場合は、当然、自己肯定感が低くなります。したがって、わかりやすい授業、誰にも出番のある全員参加の授業が、子どもたちの自己肯定感を高めます。

□「ありがとうございます」……感謝の気持ちが自己肯定感を高める

本屋には自己肯定感に関する書物が山積みされています。ネット上でも自己肯定感を高める方法やセミナーの案内などを散見することができます。いろいろな方法で自己肯定感を高めることができるようです。感謝の気持ちをもつということもそのひとつ。世界の最新科学研究によれば、感謝の気持ちをもつことによって、身体のような炎症が少なくなったり、良質な睡眠ができたり、疲労が軽減されたり、様々な体内システムのバランスが取れるなどということがわかってきたそうです。また、心の面でも、うつ病や不安症のリスクを下げ、幸福感やポジティブな気持ちを向上させる効果があります。イリノイ大学の研究では、感謝したりポジティブな感情が多く幸福感をもっている人はそうでない人に比べ、およそ9.4年長生きするそうです。脳科学的には感謝することにより、ドーパミン、セロトニン、オキシトシン、エンドルフィンなど、脳と身体にいい作用を与える4つの脳内物質が分泌されます。ドーパミンはよく「幸せホルモン」と言われる通り、多幸感をもたらす物質、セロトニンは分泌を促すと抑うつ状態に効果的としても知られている癒やしの物質です。そして、感謝の気持ちをもつことは、自己肯定感のアップにつながることもわかってきました。他の人を感謝することというのは、その相手が何かをしてくれたから感情であり、相手が見いだしてくれるであろう自分の価値を認識することにつながります。感謝の気持ちを培う方法としては、たとえば、感謝日記をつける、これは、その日に起きたことで感謝の気持ちを想起させたことを書き留めるというもの。健康増進に有効だそうです。

第3学期の始業式で子どもたちに感謝の大切さをお話ししました。日々、感謝の気持ちをもって生活してほしいということ。そして、感謝の気持ちをきちんと表現すること。感謝の気持ちを表現する言葉として、最も簡単で伝わりやすいのが「ありがとう」という言葉です。家族に、友達に、先輩・上級生に、先生方に、「ありがとう」「ありがとうございます」って言葉を伝えてほしいと思います。……こんなことをお話ししました。

ある書物を読んでいると、感謝する心をもつことが大切な理由が示されていました。

- 感謝する心をもっていると、ちょっとした幸せに気づかせてくれる
- 感謝する心をもっていると、人に優しくなれる
- 感謝する心をもっていると、自分自身や周りの人を大切にできる
- 感謝する心をもっていると、自分自身が成長できる
- 感謝する心をもっていると、ポジティブに物事を考えることができる

感謝の心を胸に刻み暮らすことは、人生を明るくし豊かなものにしてくれるに違いありません。感謝の気持ちをもつことの大切さを説きながら、自己肯定感を高める3学期を目指します。

富沢っ子の活躍

学校の授業で制作した、個性あふれる感性豊かな作品を「令和4年度 旭川市児童生徒作品展」「第32回 日専連旭川児童版画コンクール」「令和4年度 北北海道学生書道展」に出展し、多数入選いたしました。

各作品展の受賞については下記のとおりです。おめでとうございます。

令和4年度 旭川市児童生徒作品展

特選 1年 石 持 樹 さん
入選 2年 今 野 壱 颯 さん
入選 2年 宮 脇 幾 生 さん
他9名出展

第32回 日専連旭川児童版画コンクール展覧会

入賞者なし

12名出展

令和4年度 北北海道学生書道展

学校奨励賞（学校賞）

特選 3年 千 葉 紘 加 さん
入選 1年 石 持 樹 さん
入選 1年 奥 山 碧 土 さん
入選 2年 荒 屋 ヒカリ さん
入選 2年 井 上 巴 暖 さん
入選 2年 宮 脇 幾 生 さん
入選 2年 棟 方 華 麗 さん
入選 4年 小笠原 将 さん
入選 4年 濱 名 ゆりか さん
入選 5年 奥 山 桜 太 さん
入選 5年 佐々木 大 斗 さん
入選 5年 田 縁 泉千珂 さん
入選 5年 野 川 未 来 さん
入選 6年 千 葉 亮 仁 さん
入選 6年 二階堂 清 矢 さん

他12名出展（全校出展）

各作品展では子ども達の素晴らしい作品を、市内外の多くの方に見ていただきます。

普段から、ワークプラザには子ども達の作品が展示され、美術館のようです。来校の際には、どうぞ鑑賞いただき、感想などをお伝えください。小さな芸術家との会話も楽しいですよ。

行政相談出前講座



1月20日（金）高学年を対象に、「行政相談出前教室」を行いました。人や社会とつながる富沢っ子。困ったことがあったときの相談先を知り、安心した様子でした。

自由研究発表会

1月20日（金）富沢タイム、体育館において冬休みの自由研究発表会が開かれました。身近なペットボトルを利用した工作の発表や、近年の地球温暖化、さらには地球の未来まで、自分で興味をもったテーマについての研究、発表をしました。



ふれあい給食



1月24日（火）1学期に続いて全校ふれあい給食が行われました。6年生を中心に子どもたちの手で会場づくりから配膳まで、スムーズに行われました。

給食前に山口栄養教諭から「冬野菜を食べて、体の芯から温まろう」について指導。旬の野菜を食べることで季節に必要な栄養をとることができます。「食べるが価値」おいしい給食をみんなで楽しく食べました。

笑顔いっぱいフルーツバスケット

1月23日（月）児童会企画の全校遊び「笑顔いっぱいフルーツバスケット」を行いました。

6年生と一緒に過ごす時間は残りわずか。富沢の6年生は、縦割り班の活動のリーダーを5年生に任せたり、下級生のかかわりの中で富沢の伝統を伝えたりと巣立ちの準備を始めています。



2月の予定

3日（金） 神居3校交流会（6年生参加）

7日（火） 委員会

11日（土） 建国記念の日

14日（火） 児童会役員選挙

15日（水） 一日入学・入学説明会

17日（金） クロカン記録会

23日（木） 天皇誕生日

24日（金） 参観日

27日（月） 全校集会（認証式）

サンタプレゼントパークにスキーに行きました。行事ごとに撮影してきた6年生の決めポーズ。残り何回見られるでしょうか。

