

西野第二小だより

札幌市立西野第二小学校
学校だより No.4
令和5年(2023年)6月30日発行
TEL 664-0152 FAX 661-9249
学校 HP <https://www.nishinodaini-e.sapporo-c.ed.jp/>

不安やなやみをかかえたとき…

保健主事 池田 真

5年生の保健の学習で「心の健康」というものがあります。ここでは、心の発達や心と体のつながりについて考えたり、不安や悩みの対処について学習したりします。

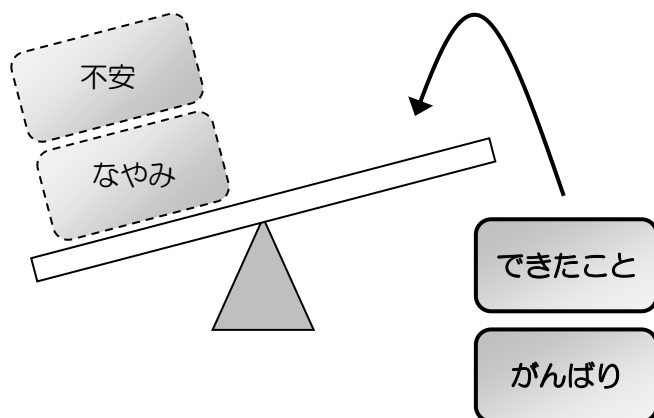
小学校生活が進んでくると、人とのつきあいが広がり、人間関係も複雑になってきます。やりたいことが増えてくる反面、できないことやがまんしなければならないことも増えてきます。そのため、不安を感じたり、なやみをもったりすることが多くなります。

保健の教科書には、「そんな不安やなやみをかかえたときには、周りの人に相談して気持ちを楽にしたり、運動をして気分転換をしたりするなど、自分に合った方法で対処することが大切です。」とまとめられています。

でも、“相談する”というのは、そう簡単なことではありません。まず、安心して相談できる相談相手が必要です。「この人になら、自分のなやみを話すことができる。」という人が必要になります。また、自分のなやみをとらえ、話す力も必要です。でも、ここを表現するというのはなかなか難しいものです。心の中がモヤモヤして言葉にならなかったり、自分で自分の感情が分からなかったりすることもあります。これは、体や心の状態を表現する言葉は勝手に湧いて出てくるわけではなく、周囲の人とのやり取りの中で作られていくからです。“相談してすっきりする”ためには、信頼して話ができる相手がいることと、自分の気持ちを話す力があることが必要なのです。

マイナス側

プラス側



さて、どうにかこうにか不安やなやみが解消されたとしましょう。でも、不安やなやみで心がマイナス側にたおれてしまったとき、その不安やなやみが解消されても、心のシーソーがもとにもどらない場合があります。

そんな時には、小さなことでもよいので「できたこと」「がんばれたこと」をコツコツと積み重ねて、プラス側にたおれる材料を増やしていきましょう。

7 月行事予定

- 3日(月) 全校朝会
授業公開・懇談会
1、3、5年、のびろ学級
- 4日(火) 授業公開・懇談会
2、4、6年
- 5日(水) 避難訓練
- 6日(木) 委員会⑥
スクールカウンセラー来校(午後)
- 9日(日) 西野第二町内会「運動会」
*予備日16日(日)
- 10日(月) 諸費引落日
- 11日(火) 6年修学旅行①
- 12日(水) 6年修学旅行②
- 13日(木) 6年休業日
- 17日(月) (祝)海の日
- 18日(火) A L T
- 19日(水) A L T
- 20日(木) クラブ活動④
A L T
スクールカウンセラー来校(午前)
- 21日(金) A L T
のびろ学級校外学習「水道記念館」
- 25日(火) 1学期終業式
(5時間授業、給食有り)
諸費再引落日
- 27日(木) P T A資源回収日(毎月27日)

帰宅時刻 17:00

授業公開・懇談会のお知らせ

- 3日(月) 1、3、5年、のびろ学級
- 4日(火) 2、4、6年
(5校時:授業公開 放課後:懇談会)
*該当学年は、その日は5時間授業となり、下校が14:25頃となります。

スクールカウンセリング

お子さんの学校や家庭での生活の心配事、保護者の方の子育ての悩みなど、ご希望の方はご連絡ください。

7月 6日(木) 13:00~16:00

7月20日(木) 9:00~12:00

*連絡先:学校 664-0152

(担当:佐藤浩恵)

水泳学習について

安全に気を付けて学習を進めていきます。

《水泳学習の約束》

- 水泳学習がある日には、ご家庭でお子さんの健康観察をして参加させるかどうかを決めてください。そして、「すいえいカード」に保護者の方が必ず記入・捺印し、学校に持たせてください。
- 「すいえいカード」を忘れた場合、印や記入もれがある場合、水泳帽等を忘れた場合はプールには入れません。ご家庭への連絡は行いませんので、お気を付けください。
- 水泳学習の実施日時につきましては、「学年だより」等でご確認ください。
- 持ち物
すいえいカード、水着、水泳帽、タオル(体をふくもの)、タオルなどを入れるビニル袋、水泳用具をすべて入れる袋、ゴーグル(必要な場合)
持ち物には「学年・組・名前」を必ず書いてください。

6 年修学旅行

7月11日(火)~12日(水)

*7月13日(木)6年休業日

自然や社会・文化に触れて学習を深めると共に、集団生活のあり方や公衆道徳について体験を積むことをねらいとして、修学旅行に行ってきます。今年度は小樽水族館を見学したり、陶芸体験教室で湯のみ茶わんを作ったりします。学年の絆を深め、楽しい思い出を作ってきます。

1学期中のクマ対応にかかわる 教育活動について

本校では、児童の安全を第一とし、安全が担保された状態で教育活動を進めています。

1学期の校外学習については、宿泊的行事やバス等の移動を伴う学習を除いて、校地外での屋外の教育活動は延期とします。(1年校区探検、2年公園探検など)その際、単元の差替やカリキュラムの工夫、関係機関との調整などを行い、未履修のないように進めます。ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。