令和8(2026)年11月25日
しんかわ
札幌市立新川小学校　学校便り
https://www.shinkawa-e.sapporo-c.ed.jp/

１２月のめあて《充実期》
力を合わせて
よりよいものをつくりあげよう
- 力を合わせて思いを表現しよう
- 知っている人に会ったら挨拶をしよう。

「泣かないの！」より「くやしかったね。」

子どものモヤモヤを言葉にするお手伝い　～他者とつながるために～

スクールカウンセラー

人は生まれてから少しずつ言葉を獲得していきます。「言葉を話す」ことを通じて自己表現や他者理解ができ、他者とつながることができるようになります。小学校では国語や道徳の時間を通じて、他者の気持ちを学んでいきます。

でも、自分がいま感じている感情を言葉にすることは、学校の勉強とは少し違うようです。私はどんな気持ちなのか。自分自身の感情をわかるということは、とても難しいことです。大人でも悲しいときに怒る、不安なときに笑うこともありますね。

最近、子どもとお話をしていると「うざい。」「きもい。」「きっつ。」「めんどい。」など、短い言葉で自分の気持ちを表現していることが多いことに気が付きます。また、お話をしないで急に相手をたたく、泣くなど行動に出すこともあります。中学生や高校生でも、自分の気持ちがわからずに暴力をふるう、暴言を吐く、いじわるや嫌がらせをする、腹痛や頭痛、ごはんを食べなくなる、などということはよくあるのです。

子どもが自分の力で現実を乗り越えていくには、心の中のモヤモヤを「言葉にすること」がとても大切になります。この「感情を言葉にする力」について、臨床心理士の大河原美以さんは著書『ちゃんと泣ける子に育てよう』(河出書房新社)の中で、「感情の社会化」と説明しています。大人は「思いやりのある優しい子に育ってほしい。」と願うあまり、つい「泣かないの。」「怒らないで我慢しなさい。」と、子どもの悲しみや怒りといったネガティブな感情を抑え込ませてしまうことがあります。しかし大河原さんは、こうした負の感情こそ、周囲の大人が「悲しかったね。」「くやしかったね。」と言葉にして受け止め、認めてあげることが大切だと述べています。

大人が子どもの感情を否定せず、言葉を添えて寄り添う体験を重ねることで、子どもは少しずつ「自分の気持ちの扱い方」を学び、感情をコントロールする力を身につけていきます。また、『子どもは安心できる大人の前でしか泣けない』とも書かれています。子どもが家で泣いたり感情を爆発させたりするのは、それだけご家庭が安心できる安全な場所という証拠でもあります。

もうすぐ冬休み。年末の慌ただしい時期ではありますが、お子さまがモヤモヤをかかえていたら、「くやしかったのかな。」「不安だったね。」と気持ちを言葉にするお手伝いをしてみてください。 大人が子どものありのままの感情を受け止めることで、子どもは他者とつながる「言葉」を獲得し、社会に出ても自分の足で歩む自信につながっていくのです。

参考文献：大河原美以著 『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』
（河出書房新社）

日	曜	１２月	1	2	3	4	5	6
1	火	【3 年】新川高校授業外国語②　児童･保護者アンケート	5	6	6	6	6	6
2	水	図書返却週間　就学時健康診断【1～4 年】4 時間　【5,6 年】5 時間	4	4	4	4	5	5
3	木	【5 年】食指導	5	5	5	6	6	6
4	金	図書返却週間【4 年】新川高校授業外国語②　委員会⑦	5	5	5	5	6	6
5	土							
6	日							
7	月	【4 年】雪体験授業　図書返却最終	5	5	5	5	5	5
8	火	跳び箱週間(～12/18)	5	6	6	6	6	6
9	水	冬休み図書貸出①【4-6 年】　コグマ保育園交流	5	5	6	6	6	6
10	木		5	5	5	6	6	6
11	金	冬休み図書貸出①【1-3 年】	5	5	5	5	5	5
12	土							
13	日							
14	月	冬休み図書貸出②	5	5	5	5	5	5
15	火	【4 年】食指導	5	6	6	6	6	6
16	水	冬休み図書貸出②	5	5	6	6	6	6
17	木		5	5	5	6	6	6
18	金	冬休み図書貸出②　委員会⑧反省	5	5	5	5	6	6
19	土							
20	日							
21	月		5	5	5	5	5	5
22	火		5	6	6	6	6	6
23	水		5	5	6	6	6	6
24	木		5	5	5	6	6	6
25	金	2学期終業式（給食あり）13:10 下校	4	4	4	4	4	4
26	土	冬季休業(1/14 まで)						
27	日							
28	月	資源回収						
29	火	年末休暇～						
30	水	年末休暇						
31	木	年末休暇						

【1月の主な行事予定】

5日(火)年始休暇･冬季休校日(～5日)
15日(金)3学期始業式(給食あり4時間授業)
13:10頃下校
18日(月)～20日(水)学期期始め準備期間
※1，2年生は4時間授業、
3～6年生は5時間授業
18日(月)冬休み図書返却(1～3年)
20日(水)冬休み図書返却(4～6年)
22日(金)図書貸出開始
委員会(5年)卒業ﾌﾟﾛｼﾞｪｸﾄ(6年)
26日(火)避難訓練⑤
28日(水)資源回収
29日(金)PTA運営委員会　13:30～

スキー学習について

３学期にスキー学習があります。１・２年生は、グラウンドのみで行います。３～６年生は、グラウンドで練習したのち、テイネスキー場へ行きます（ぽぷら学級については、別途お便りでお知らせいたします）。グラウンドでの学習予定日は、後日学年便りでお知らせいたします。



＜主な持ち物＞

・スキーウェア
・スキー帽子…耳まで隠れるもの（ヘルメットでも可）
・スキー用の手袋
・ゴーグル（あれば…視界確保・防寒・安全）
・スキーウェアの中はジャージやフリースなど動きやすい服装
・スキー、ストックはスキーケースに入れ、大きく記名をしてください。チャックで完全に口が閉じ、肩にかけられるものがおすすめです（画像はAIによる生成）。



。

スキー学習（テイネスキー場）

２月16日（火）…３・５年、ぽぷら学級
２月18日（木）…４・６年

テイネスキー場到着後、スキー・ストックをケースから出し、荷物を全てを持って、下のイメージのような状態で駐車場からロッジまで歩く予定です（スペースの関係で、スキーケースはバスに置いて行きます）。

スキーブーツとお弁当などを全て**一緒に入れられるバッグを用意してください**（背負える形のものが望ましいです）。



リュックに

・スキーブーツ
・お弁当
・水筒（水かお茶）
・おしぼり
・ハンカチ
・ティッシュ
・ゴミ袋
（予備手袋など）

スキーとストックは、**駐車場でケースから出し、ロッジまで手にもって移動する予定です**。

スクール便　冬ダイヤについて

１２月１１日（金）から来年の３月いっぱいまで、**スクール便（登校便Ａコース）の出発**が10分早まります。

Ａコース始発　７時50分→７時40分

それに伴い、他のバス停も10分早まります。

Ｂコース始発（変更なし）７時45分

なお、**スクールバス（にじいろバス、中央バス）に変更はありません。**

保護者・児童アンケート

本校の教育活動について、保護者の皆様と児童からアンケートをとり、次年度の教育活動に生かして参りたいと考えております。お忙しい中とは存じますがご協力をよろしくお願いいたします。

保護者アンケート…１２月１日（火）すぐーるでご案内いたします。

児童アンケート…１２月１日（火）学校で実施します。

食物アレルギー調査

次年度の学校給食における食物アレルギー対応について調査を行います。

１２月７日（月）に調査用紙をお配りしますので、**１２月１１日（金）までにご提出**ください。

食物アレルギーのあるお子さんにつきましては、後日お話を伺うことがあります。

ご協力をよろしくお願いいたします。

帰宅時刻　16:00です

12～1月は暗くなるのが特に早い時期ですので、16:00が帰宅時刻となっています。行き先等も含め、家庭で約束の再確認をお願いします。

ＰＴＡ交通安全指導

12月の当番は４年生です。配付された割り当ての日程、場所にて下校時の児童の見守りをお願いいたします。

スキーボランティア募集します

グラウンド・スキー場それぞれの日程で募集します。詳細は別途ご案内いたします。ご協力よろしくお願いいたします。