

生徒指導だより

令和5年度 七塚小学校
校長 稲垣 優子
担当 鶴田 健
1月号

あけましておめでとうございます

新年あけましておめでとうございます。保護者の皆様におかれましては、大きな地震に見舞われ大変な年始だったかと思います。私たちも、改めて何事もなく日々過ごせることのありがたさと、迅速に被災地に駆けつけてくださったたくさんの方々のご支援の温かさを感じています。

七塚小学校では、3学期も七塚っ子全員が安心して過ごせる学校づくりを目指して、教職員一同取り組んでまいります。特に、お互いのよさを大切にし合い、相手を思いやることができる心の育成に努めていきます。今後とも温かいご協力とご支援をよろしくお願い申し上げます。



「進んであたたかいあいさつをしよう」

あいさつは、「人と人とを温かい気持ちでつなぐ最高のコミュニケーションツール」です。

これまで人と人の接触を避ける日々が長く続いてきました。だからこそ、元気よく「おはようございます」とか、会釈をつけて「こんにちは」というあいさつを聞くと、本当に温かい気持ちになります。あいさつをしてくれる子に対して、ついつい「ありがとう」と返事を返すことも多くあります。こんな瞬間を味わうと、やはり「温かいあいさつって気持ちがいいな」「進んであいさつされるとうれしいな」と感じます。

また、あいさつは、「相手への礼儀やマナーを伝えるツール」でもあります。特に、目上の人や地域の人に対して、進んで温かいあいさつをすることは、「感謝の気持ち」を伝えることと同じだと思います。

ではあいさつをせず、だまってすれ違われるとどうでしょうか。いつも関わっている相手が、知らない顔をして通り過ぎていくのを見ると、とても悲しい気持ちになります。だから、あいさつが進んでできる人は、相手を大切にしている人なんだなという風に見えてきます。「いつでも・どこでも・だれにでも」

あいさつができるなんて、なんて素敵な心の人なんだろうと感心させられます。

七塚っ子には、いろいろな人を大切にできる人になってほしいと考えています。仲のいい人、お家の人だけでなく、クラスや学年の友達、下級生や先輩、先生方や地域の方々にも「温かいあいさつ」を通してつながり、みんながみんなを思いやれる心を育ててほしいと思います。





お子様の様子にご注意ください！

大きな災害等の後に、PTSD（心的外傷後ストレス障害）が起こることがあります。PTSD は災害直後よりも、時間が経過してからのほうが発症しやすいともいわれています。1月1日以降も地震が継続しており、中には「夜眠れない」「不安で両親から離れたがらない」などの様子が見られる場合もあるかもしれません。以下の情報をご参照の上、気になることがありましたら医師にご相談ください。

また、学校でもお子様一人一人の様子を観察し、迅速に対応してまいります。お子様の様子を見て配慮が必要だと感じた場合は、すぐに学校にもお知らせいただけると幸いです。

就学前の幼児から小学2年生くらいに見られる反応

※PTSD以外でもあらわれる症状もあります

- ぼーっとしている
- ものごとに関わりたがらない様子
- 何が怖いのか分からないが不安・恐怖心を感じる
- 危険が去ったと理解できない
- ぐずったり、泣きわめく、イライラするなど強いてくくなる
- 眠ることや一人になるのを怖がる
- 体験した出来事を繰り返して話す
- 不安で両親から離れられない
- ゆびしゃぶり、おねしょ、定足らずの話し方などの退行症状
- 死を中途半端にしが理解していない事からくる不安
(生き返るのではないが、死んだ人が戻ってくるという幻想を抱く)



小学3年生から小学5年生くらいに見られる反応

※PTSD以外でもあらわれる症状もあります

- 責任感と罪悪感から自分の行動についてばかり気になってしまう
- 苦しい思い出に関連する物事に対して恐怖を示す
- 体験したことを繰り返して話す
- きょうだいや友達に対して体験したことを再現する
- 急に泣きたくなったり、怒り出したりなど自分の感情の激しさに自分自身がこわくなる
- 集中力がなくなり、学習意欲や成績が下がる
- 悪夢を見たり、寝れない、一人で寝るのが怖くなる
- 自分自身や周りの人の安全が心配になる
- 行動がちがくはぐだったり、長続きしない
- 発熱・頭痛・腹痛・吐き気・めまい・震えなどが起こる
- 心配をかけたがなく、自分の不安を両親に告げることを戸惑う
- ほかの犠牲者やその家族の事を心配する
- 死に直面した悲しみやショックから、自分自身の反応に混乱し、幽霊などに恐怖を示す



小学6年生以上に見られる反応

※PTSD以外でもあらわれる症状もあります

- 恥ずかしいという気持ちや罪の意識を感じて孤立してしまう
- 自分の恐怖感や無力さを意識しすぎる
- 苦しさを表現するために急にはしゃぎ出したり、さまざまな行為に走ったりする(薬物の使用、非行、性的交友など)
- 自己破壊的な行為、自傷など
- 人間関係がぶっ壊れようになる
- 事件を起こした相手に復讐したくなる
- 自分は誰なのか、アイデンティティを揺るがすような行動の変化がある
- 心の準備ができていない状態での大人への突入



参考：厚生労働省

「心の外傷とその対応」

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/002/003/005/002.htm

ネットトラブル大丈夫ですか？

子どもたちは今、スマートフォンやタブレット、オンラインゲームなどで、たくさんの人とつながっています。顔も知らない人と「フレンド」になってSNSやチャットでやり取りしている子も少なくありません。

本校でも、顔が見えないからこそ、つい相手をおおるような言葉や悪口を言ったり、書き込んだりしてしまう事案が起きています。また中には、課金したアイテムをやり取りする、自分や友達の個人情報やネットにアップするなどの事案も見られます。

改めてお子様のネットの利用状況をご確認され、どう関わっていくことがよいのか、どんなことが危険なのかを話し合ってみてください。また、小学生の段階では自分をコントロールすることが、まだまだ十分とは言えません。ご家庭でのルールづくりが大切で、今一度、お子様をトラブルから守れるようになっていくか確かめてください。

