



校長室だより No.8

季節の変化を感じながら…

学校に訪れるお客様のほとんどが玄関横の真っ赤に紅葉した「ツタ」を見て、「わあ、きれい！」とおっしゃいます。また先日は、バイクに乗った方が敷地内に入ってこられ、少し驚いたのですが、その方もバイクから降りて紅葉したツタの写真を撮って戻っていかれました。誰が見ても心惹かれる美しさです。



一方、朝晩の冷え込みが厳しく、学校周辺の美しく紅葉した木々もここ数日の間にすっかり落葉し、爽やかな秋から厳しい冬へと季節が移り変わろうとしています。

先日、学校で秋の外掃除を行いました。全校みんなで協力して落ち葉を拾い集めたり、側溝にたまつた落ち葉をかき出したりと一生懸命に作業を行いました。おかげで、学校周辺がとてもきれいになりました。周囲の自然が冬支度を始めるのにあわせて学校でも冬支度を始めます。その最初の取組が外掃除でした。



白峰小学校では、四季折々のすばらしさ、時には厳しさをまるごと体感する機会を大切にしています。私たち大人にとってこれから迎える厳しい冬も、子どもたちにとっては楽しく、待ち遠しい冬なのかもしれません。子どもたちと一緒に楽しむ気持ちをもって冬を迎えていきたいと思います。

★力を出し切った持久走記録会★ ~応援ありがとうございました~

11月5日に持久走の取組の成果を発表する持久走記録会を行いました。今年は学校公開日にあわせて行ったのでたくさんの方が応援にきてくださいました。ありがとうございました！



記録会では、みんなが自信を持って走っているように映りました。それは、毎日の持久走の取組がとても意欲的で真剣だったからです。例年以上に子どもたちの持久走熱を感じ、子どもたちが日に日にパワーアップしていくのを間近で見ていたので、余計にそう感じたのかもしれません。

1・2年生は、コースを間違えたり、途中で転んだり、体調が万全でなかつたりと、それぞれにハプニングがありました。そんなハプニングにも屈することなく、最後まで一生懸命にゴールを目指しました。「大丈夫！大丈夫！」と叫んで立ち上がり走り出す姿に感動しました。たくましい1・2年生です。

3・4年生は、毎日の取組でも記録をアップさせていた児童が多かったように思います。当日は、体調不良で参加できなかった児童もいましたが、全員が昨年度の記録を大きく上回る力走を見せてくれました。3年女子と4年男子では歴代記録がうまれ、その頑張りに胸が熱くなりました。

5年生は、初めて1.5kmにチャレンジしました。自分のペースで最後までしっかりと走り切る姿に大きな成長を感じました。5年生が毎日真剣に取り組んだことで、みんなの意欲が高まり、学校全体で持久走への気運が高まりました。やはり白峰小学校のリーダーです。素晴らしいです。

持久走は、とても苦しくて時には自分に負けそうになります。でも、白峰っ子は、誰一人自分に負けていません。気持ちの強さと同時に、みんなで一緒に頑張ろうという絆の強さを感じることができた持久走記録会でした。心も身体もたくましく成長している子どもたちに大きな拍手を送ります！！



区民文化祭参加 ~育友会事業~

白峰小学校育友会事業として、今年も区民文化祭に出店し、「みかんの詰め放題」「玉入れビンゴ」(玉ねぎが賞品)、「里芋販売」を行いました。

あいにくの天候でしたが、文化祭に訪れた地域の皆様が子どもたちのためにお店に足を運んでくださいました。本当にありがとうございました。おかげで、子どもたちは最後まで一生懸命に販売活動を行うことができました。慣れない活動でお待ちいただくこともありましたが、その度に優しく声をかけてくださったり温かく見守ってくださったりしていました。また、子どもたちのために何度もご来店くださった方もいらっしゃいます。子どもたちが地域の方々に大事に育てられていることや地域の皆様の温かさのおかげで安心して活動ができていることを改めて実感することができました。感謝の気持ちでいっぱいです。

文化祭等は、子どもたちが地域の行事に参加し、地域の皆様と直接ふれ合うことができる貴重な機会です。このような機会を通して、地域や地域の皆様に感謝の気持ちを持って貢献できる子どもたちに成長して欲しいと願っています。今後ともご指導ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。



白峰小学校 こころの授業 テーマ：こころがつらいとき どうする？



11月10日（月）に公認心理師・臨床心理士である本校のスクールカウンセラー和田賢先生に全校児童対象として「こころの授業」をしていただきました。テーマは「こころがつらいとき どうする？」です。心の不調を訴える児童生徒の増加や心の不調を原因とする様々な問題が顕著化していることを踏まえ、和田先生と相談してテーマを設定しました。

初めに、心が辛いときの和田先生の対処法をお聞きしました。その後「みんなは、心が辛いとき、どうしていますか？」と和田先生が子どもたちに質問を投げかけました。皆さんなら何と答えますか？子どもたちからは「ふかふかの布団に思い切り飛び込んでそのまま寝る」「好きな動画やYouTubeを見る」「宿題や絵を描いて嫌なことを思い出さないようにする」「ため息をつく」等々、驚くような対処法を教えていました。どれも効果的なのだとそうです。実際に全員で「効果的なため息」（鼻で5秒息を吸い込み、口から10秒で息を吐き出す）の練習もしました。横隔膜が下がり、リラックス効果があるそうです。

次に、心が辛いときの心の状態（考え方や気持ち）を教えていただき、一人で悩まないための相談相手や相談場所、その手段等を教えていただきました。

最後に和田先生が昨年の夏に輪島市に行き、小学生の震災後の心のケアにあたられた際に実践された「心の中にある困りごとや心配事、不安等を少しでも軽くするための方法」を演習を通して学びました。演習後、「少しすっきりした」と感想を述べていました。この「少し」がとても大切なそうです。

和田先生は、こころの授業のあと「白峰小学校の子どもたちは『力のある子どもたち』です」とおっしゃっていました。自分で自分の今の状況を受け入れ（理解し）自分で何とかしようとできているからだそうです。それでも、我々大人は、子どもの心の声をしっかりと把握し、理解できるように、日々子どもときちんと向き合い、声なき声を確実に受け取る努力をしていくことを忘れてはいけないと改めて感じました。

