



# 月津小だより



小松市立月津小学校

もうすぐ2学期まとめの12月が始まります。2学期は、気温の高い日が続きました。穏やかな秋はいつ始まるのだろうと思っていましたが、秋と言える日は短く、冬がすぐに始まったような感覚です。体調管理が難しい季節ですが、元気に登校できるよう、早寝・早起き・朝ごはんと十分な休養など、健康面でのサポートをお願いします。一人一人が自分自身の成長を振り返ることができるよう、まとめを進めます。

## 【学校保健委員会】11月6日(木)

テーマ「心の元気」 4・5・6年生・保護者

児童保健委員会の劇を見て、『縄跳びがなかなか上達しないとき』『係決めて、なりたい係になれなかったとき』、自分はどんなふうに気持ちを切り替えているかを考えることから始まりました。劇の後、メンタルコーチの沢田知恵先生から気持ちを切り替える3つのステップについて教えていただきました。

- ステップ1:「落ち着く」をやってみる
- ステップ2:「ホントの気持ち」を見つける
- ステップ3:「次どうするか」を考える



〈保護者の方の感想〉 ＊参加いただいた皆さん、ありがとうございました。

- ・イライラ、もやもやした心を元気にするお話が聞けて大変良かったです。子供に対して、ホントの気持ちを聞くようにしたいです。
- ・大人でも心の本当の気持ちはなかなか分からない時があるので、良いお話を聞けました。
- ・自分の気持ちを言葉で表現するのが苦手な子供たちに、わかりやすいお話でした。低学年の子にも聞かせてあげたいお話だったと思います。
- ・児童保健委員会の発表、とても良かったです。
- ・大人の社会でもやっているメンタルコントロールを、子供にも理解しやすく説明されていてよかった。
- ・イライラしても、6秒待てばおさまることを知りました。
- ・親もいろいろな事で、イライラする事があるけど、子供に対してもイライラをぶつけるようにおこるのではなく、一度気持ちを落ち着かせ、対話をするようにしていきたいと思いました。

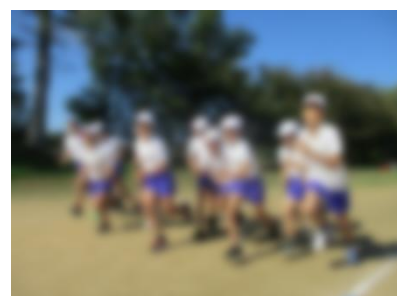
## 【持久走の会】10月29日(水)

### 〈最高記録〉

1年生(3分)	4周6コーン
2年生(3分)	6周0コーン
3年生(4分)	6周5コーン
4年生(4分)	7周1コーン
5年生(5分)	9周4コーン
6年生(5分)	9周2コーン

走る仲間には「あと〇秒!」「〇コーンまで行ける!」と応援し、走り終わった仲間には「記録更新したよ」「最後の走りすごかった」などの声を掛ける。互いのがんばりを認め合う姿をたくさん見ることができました。目指した目標を達成できなかったり、競い合った友達に勝てなかったりして悔しい思いをしている子もいましたが、その気持ちも大切です。「粘り強く、最後まで走りぬく」「昨日の自分よりも力を出す」「昨年よりも長く走る」めあてに向かってがんばることができた持久走の取組でした。

\*会当日は、あたたかな声援、ありがとうございました。



## 【歌舞伎出前授業】10月31日(金)

4・5・6年生対象の、歌舞伎出前授業が行われました。歌舞伎の歴史や、動き方、ツケと呼ばれる効果音のことなど、初めて知ることが多く、わくわく楽しく参加していました。みんなで見栄を切っているところです。



10月～3月は、  
午後5時まで  
家に帰ります。

環境委員の5・6年生が、玄関前の花壇の花苗植えを頑張ってくれました。きれいに咲いています。後期委員会が始まって一か月。それぞれに活動内容を工夫して頑張っています。「みんなでつくる笑顔の月津小学校」が合言葉になって、そのために自分たちにできることは何かを考えています。