



かしく やさしく たくましく 図師っ子だより

2024年10月31日発行
町田市立図師小学校
校長 米山 哲也
11月号<NO.8>

学校 HP : <https://machida.schoolweb.ne.jp/1310206>

〒194-0203 町田市図師町 239-19 TEL 042-789-6361 FAX 042-791-8071



～レジリエンス(resilience)＝心の回復力～

校長 米山 哲也

2020年11月、3度目の宇宙飛行に臨んだ野口聡一さんは、自身が搭乗する宇宙船を「レジリエンス」と名付けました。この名前には、新型コロナウイルス感染症の感染が終息し、再び世界全体が日常を取りもどせるように、という願いが込められていたそうです。

レジリエンス(resilience)とは、回復力、反発力、復元力、逆境力と訳されます。もう少し詳しく説明すると、困難や失敗を跳ね返す心の柔軟性(しなやかさ)や強さ(打たれ強さ、折れない心)のことで、物に例えると、強風でも折れず、もとに戻ろうとする竹の茎のイメージがレジリエンスです。「心の回復力」「立ち直る力」という意味で、精神医学や心理学で使われていた言葉ですが、近年は教育界でも注目されるようになりました。

レジリエンスは、誰もがもつ「心の力」で、経験や知識を積み重ねることによって育てることができると言われています。子供たちは、日々の生活の中で、ストレスや逆境、脅威に直面することがあります。そのような時こそ、「変化を受け入れる」「物事を大らかに柔軟に捉える」「自分の強みを発見する」といったレジリエンスが必要になるのです。それでは、この力を高めていくためには、どのようなポイントがあるのでしょうか。



<レジリエンスを育てる4つのステップ>

その1 規則的な生活習慣を整えること

身体が疲れていると、何事にも頑張れません。大変な時ほど生活習慣を整えることが大切です。安定した生活で子供は安心して成長し、レジリエンスの基礎となる自己肯定感を身に付けることができます。

その2 人を頼って成功する体験を積み重ねること

子供の意欲を尊重し様々な体験をさせましょう。ただ失敗よりも成功が多くなるよう、大人がサポートする必要があります。周囲との繋がりや信頼関係を築き、成功する体験が、子供の世界を広げていきます。

その3 興味を活かして家庭内で役割をもつこと

お手伝い等、誰かを助け感謝されるという経験によって「自分は誰かの役に立てる価値のある人間だ」と自信をもつことにつながります。子供たちは、達成感を得ながら自己理解を深めていきます。

その4 サポートを受けて気持ちを切り替えること

なかなか解決できない内容なら、時には大人が「今回は仕方ない」「今度がんばろう」と割り切るように提案するとよいでしょう。ネガティブな気持ちを前向きな気持ちに切り替えるサポートをするのです。

それほど難しい内容ではありませんが、だからこそ、その一つ一つを大切にしていかなければと感じました。子供たちのレジリエンスを高めるため、一人一人の子供たちが周囲に対し気兼ねなく気持ちを伝えられる、自然体の自分でいられる図師小学校をつくっていきたいです。今後も子供たちの心の成長のため、本校の教育活動へ皆様のご協力をお願いいたします。どうぞよろしくをお願いいたします。

第16回運動会を終えて

運動会委員長 五味 大地

今年度の運動会は、これまでとは時期をずらしての開催となりました。暑さも落ち着いた中で、力一杯に練習に取り組む子供たちの姿が秋空の下に輝いていました。応援合戦は昼休みにそれぞれの組ごとに体育館に集まり、応援団のレクチャーに合わせて練習しました。大玉送りは全校で2度の練習をし、それぞれの組での団結心が強まりました。高学年リレーでは、休み時間や給食前の時間など限られた中で熱心に練習をしていました。表現では、練習から他学年同士で見合うこともあり、刺激し合ったり高めあったりする機会になりました。休み時間にも自主的に集まって、踊りの確認をする姿もよく見られました。

本番は、多くの保護者、地域の皆様に見守られながら、とても活気のある運動会を行うことができました。運動会に至るまでのお子さんへの励ましや当日の準備、片付けなどのご協力などに深く感謝いたします。来年度も、保護者、地域の皆様とともに、子供たちが大きく成長する運動会を形づくっていかれたらと思います。



11月の主な行事と下校時刻

保護者・地域の方々へ

転・出入の情報について

来年度の学級編制にあたり、来年4月末までに学区外へ転居予定または転入の予定がありましたら、11月15日（金）までに担任へ連絡帳でお知らせください。なお、それ以降でも新たに学区外へ転居する（予定を含めて）ことが決まったら、すぐに担任まで連絡ください。よろしくお願いたします。

【函師小学校：042-789-6361】

体育学習の服装について

肌寒い季節となりました。体育学習において上着を着てもよいことになっておりますが、三つの観点（安全面、衛生面、体温調節・着脱しやすさの面）から、以下のものは控えるよう全学年共通で指導しています。

- フード、ひも、ボタン、チャック等がついている衣類
 - 手やお尻まで隠れるような大きすぎる衣類、半袖の中の長袖類
 - 短パンの下に穿くタイツ、膝上までの長い靴下
- また着用する上着は、衛生上の理由から普段着とは別に体育学習用のものを用意してください。

秋の読書週間のお知らせ

11月11日（月）～11月15日（金）を本校では秋の読書週間として以下のような取り組みをします。

- ①図書委員会による読み聞かせ放送
- ②お家の方と一緒にファミリー読書
- ③先生方のおすすめの本コーナー
- ④先生方による読み聞かせ（11/13）
- ⑤あなたが思う主人公を描いてみよう
- ⑥読書の木
- ⑦PTAの方による読み聞かせ

さまざまな活動を通して、読書の楽しさ、喜びを味わえるようにします。



今月の目標

生活：思いやりのある言葉づかいをしよう
 保健：薄着を心がけよう
 給食：感謝の気持ちをもっていただきましょう

12月の予定

- 5日（木）保護者会（3、4年）
- 10日（火）保護者会（5、6年）
- 13日（金）保護者会（1、2年）
- 24日（火）給食終
- 25日（水）終業式

日	曜	予 定	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	金	安全指導日 社会科見学5	2:40	2:40	2:40	3:30	3:30	3:30
2	土							
3	日	文化の日						
4	月	振替休日						
5	火	社会科見学3	2:40	3:30	3:30	3:30	3:30	3:30
6	水	午前授業 特別時程	1:05	1:05	1:05	1:05	1:05	1:05
7	木	集会	2:40	2:40	3:30	3:30	3:30	3:30
8	金	校外学習1 放課後英語教室	2:40	2:40	2:40	3:30	3:30	3:30
9	土	科学教育センター						
10	日							
11	月	全校朝会（5年音楽発表）委員会 後期読書週間始	2:40	2:40	2:40	2:40	3:35	3:35
12	火	避難訓練	2:40	3:30	3:30	3:30	3:30	3:30
13	水	朝の読み聞かせ	1:15	1:15	2:25	2:25	2:25	2:25
14	木	図書委員会読み聞かせ集会 連合音楽会5	2:40	2:40	3:30	3:30	3:30	3:30
15	金	特別時程 後期読書週間終	2:15	2:15	2:15	3:05	3:05	3:05
16	土							
17	日							
18	月	クラブ 「笑顔と学びの体験プロジェクト」全	2:40	2:40	2:40	3:45	3:45	3:45
19	火	全校朝会	2:40	3:30	3:30	3:30	3:30	3:30
20	水	就学時健診 午前授業 特別時程	1:05	1:05	1:05	1:05	1:05	1:05
21	木	ユニセフ（復興）集会 校外学習2	2:40	2:40	3:30	3:30	3:30	3:30
22	金	社会科見学4	2:40	2:40	2:40	3:30	3:30	3:30
23	土	勤労感謝の日						
24	日							
25	月	全校朝会 クラブ	2:40	2:40	2:40	3:45	3:45	3:45
26	火	スノーピー校外学習5 PTA運営委員会	2:40	3:30	3:30	3:30	3:30	3:30
27	水		1:15	1:15	2:25	2:25	2:25	2:25
28	木	特別時程	2:15	2:15	3:05	3:05	3:05	3:05
29	金		2:40	2:40	2:40	3:30	3:30	3:30
30	土							

笑顔と学びの体験活動プロジェクト

笑顔と学びの体験活動プロジェクトとは、子供たちの豊かな心を育むために、自らの感覚や行為を通して理解を深め、新たな気づきを得られることを目的として東京都教育委員会が実施するプロジェクトです。今年度は11月18日（月）に全校児童で東京シンフォニック管弦楽団の演奏を鑑賞することになりました。プロの音楽家による管楽器の音の響きをしっかりと味わえるひと時になるように準備を進めています。ぜひ楽しみにしてください。

<主なプログラム>

喜歌劇「天国と地獄」序曲／オッフェンバック ハンガリア舞曲第5番／ブラームス
アニメ映画「天空の城ラピュタ」より君をのせて／久石譲 カルメン第一組曲より／ビゼー
他にも楽器紹介コーナーや指揮者体験コーナーも実施する予定です。