

## 【教育目標】

- 力いっぱい学習する子
- 最後までがんばるたくましい子
- 友だちと仲良くはたらく子

# 千里小だより No.13

発行日：2015年12月22日（火）  
発行人：校長 菅原 治

## 校長講話より



これまでの校長講話から1話紹介します。

「カッとなったら」

「イラっときたら」

(対処法)

○「六秒待つ」

(数を数える、何かを見つめる)

○「タイムアウト」

(その場を離れる。トイレに)

日常生活で、「カッとなったり」「イラっときたり」することは誰にでも必ずあるといっています。いわゆる「怒りの感情」です。

でも、その度に、すぐに大声を出して怒ったり、けんかをしたりしては大変です。自分だけでなく、相手も嫌な思いをして生活しなくてはいけなくなります。

それでは、どのようにこの「怒りの感情」と上手に付き合っていけばよいのでしょうか。その一つの対処法が上記の内容です。

一つ目は、怒りの感情は6秒立つと軽減する傾向にあると言われることから、怒りの感情を口に出す前に、「1・2・3・・・6」というように数を数えてみる方法です。また、外の景色や時計など、何かをじっと見つめ時間を稼ぐという方法です。

二つ目は、「タイムアウト」です。その場を離れて怒りの気持ちをすぐに相手にぶつけないことです。トイレにいつてくるなども一つの方法ですね。

このように、怒りの感情を抑える、または軽減する方法を学び、それを習慣とすることが大事だと思います。ぜひ実践してみてください。

※ この手法は「アンガーマネジメント」の手法を参考にしています。興味のある方は、ぜひ書籍にも目を通してみてください。

## 受賞おめでとう!

### 【第4回ユネスコ100文字作文】

(会長賞) 6年佐藤愛梨

(優秀賞) 6年佐藤 渚・遠藤誠大・穴澤乃野

【猪苗代町「ふくしまっ子ごはんコンテスト」】

(優秀賞) 6年鈴木羽椰

(教育長賞) 5年萩原亨一

※受賞者名の訂正 前回掲載の【北会地区造形作品展】6年鈴木啓太君の「入選」を「特選」に訂正させていただきます。

## 12月～1/15の主な行事予定

22日(火) 終業式(給食なし 11:45一斉下校)  
(12/24～1/7 冬季休業日)

<1月>

8日(金) 始業式(給食なし 11:45一斉下校)

12日(火) 身体測定(1・2年)

13日(水) 身体測定(3・4年) 校外学習(十三市見学1年)

14日(木) 身体測定(5・6年)

15日(金) 冬の集団下校指導

## 事故のない冬休みを

冬休みが始まります。学校では事故なく、楽しい休みになるよう、「冬休みの生活について」をもとに再度指導したところです。各家庭におかれましてもよろしくお願ひいたします。特に、積雪地特有の事故防止についてご指導下さい。

- 雪道での交通事故
- 転倒事故
- スキーに伴う事故
- 雪崩等に伴う事故等



## 放射線情報

- 空間線量 0.068~0.081 ( $\mu\text{s/h}$ ) 12/21 現在
- 給食食材スクリーニング ㄆㄆㄆ134、ㄆㄆㄆ137の検出なし

## 大なわとび大会No.2

冬期間、体力づくりの一環として、全校生縦割り班での「大なわとび大会No.2」を実施しました。体育委員会が中心となり企画、運営を行っています。各班とも工夫しながら練習を積んできました。「だれが回せば跳びやすいかな」「なかなか入れない子の背中を押してあげるといいよ」等です。1回目と2回目の合計回数で勝敗を決定しました。終了後、体育委員会手作りの「賞状」を授与しました。縦割り班での協力、体育委員会の自主的な活動に拍手をおくりたいと思います。



(下級生にはゆっくり回したり、タイミングを教えたりしました。)

(表彰式の様子)

## 「盲導犬」体験

日本簿盲導犬協会のご協力により、「盲導犬体験学習」を行いました。3・4年生が参加しました。当日は、日本盲導犬協会の奥澤様、町内の中村様にお出いただきました。当日はオスの「フーマ」とメスの「グループ」の2頭が一緒でした。盲導犬の実技、盲導犬との触れあい、アイマスクをしての体験活動等、多くのことを学びました。



(盲導犬との触れあい活動)

(アイマスク体験)

## 「干支タイムカプセル」埋設式

12月17日、6年生が「干支タイムカプセル埋設式」に参加しました。12年後どんな人生を歩んでいるのでしょうか？子ども達の健やかな成長を祈りたいと思います。



(式典の様子から)

