



☆ 令和4年度入学児・就学児健康診断を実施しました

11月24日(水)の午後、令和4年度入学児・就学児健康診断を実施しました。内科健診、歯科健診、視力検査、聴力検査を行い、5年生が来年度入学予定のみんなを、それぞれの場所に引率しました。5年生のみなさん、ありがとうございました。学校医の花木先生、学校歯科医の贄先生、健診ありがとうございました。



☆ 就学児健診☆講話☆「子育てで大切にしたいこと」



健診を実施している間、体育館にて鈴鹿市教育委員会事務局・教育支援課の橋本伸清先生に「子育てで大切にしたいこと」のテーマでお話をして頂きました。30分間ほどの限られた時間でのお話でしたが、素敵な内容でしたので、紙面上でお知らせしたいと思います。

橋本先生のお話より

本日の話のポイントは、子どもの「心のエネルギーを充電すること」です。絵本の読み聞かせのあと、「心のエネルギーを充電する効果的な方法」についてお話しします。



絵本「おこだでませんように」の読み聞かせのあと・・・

子どもたちが充実した学校生活を送るためには、たっぷりの自己肯定感が必要です。いろんなことがあっても、大丈夫、大丈夫と自分に自信を持つこと、これがたっぷりあると子どもたちはチャレンジしていけます。自己肯定感のものは、親子関係の心地よさ、受け止めてもらえるという安心感・信頼感です。

学校生活を続けていく中で、子どもたちは、自己否定的な言葉、「無理」とか「いや」などを使うようになることがあります。親が悩んでしまうような問題行動が見られることがあつたりします。そんな時は、子どもを叱る前にぜひ「まだまだ親の愛情がしっかり伝わっていないのでは・・・」という受け止め方が必要かもしれません。

学校生活ではいろいろな出来事があり、集団生活の中で学び合ったり、話し合ったり、協力しあったりするなかで成長していきます。一方で、トラブルや対立、行き違いも出てきます。その都度、“謝る・許す・切り替える”といった人として大切なことを学んでいきます。学校生

活は、「心のエネルギー」をたくさん使う場所です。子どもたちの「心のエネルギー」を充電するために、保護者のみなさんには、「傾聴」「共感」「励まし」をお願いしたいと思います。

保護者と子どもたちとの間で「愛着形成」…心地よさ、安心感、信頼感を形成する効果的な方法は、「スキンシップ」と子どもの話を「聴くこと」です。この2つを慌ただしい生活の中で実施するには、食べる時、お風呂に入っている時、眠りにつく時が効果的です。

食育…食べることは体、脳を作ること。「おいしい!」という中に子どもの保護者への愛情が入っています。食事の時間は家族の絆を育て思い出をつくります。浴育…心と体が触れ合える時間。気持ちの良いさっぱりとした時にお話を聞くことが良い睡眠に繋がります。眠育…今日一日の自分に満足して眠りにつけるようにする。小学校低学年の睡眠時間は、最低10時間はいると言われています。8時30分に寝て、6時30分に起きる。睡眠は、学習したことなどの記憶の定着と、心を安定させる時間になります。睡眠不足が極端に継続すると、不登校やうつの要因になると言われています。1年～3年は10時間、高学年は9時間、中学校は8時間が目安です。毎日は難しくても、週に3～4回、実行できるといいです。

家族の会話は大切。声は肥。心の栄養だからです。家の中でいつも心地良い会話の状況がありそれをキャッチしていると、学校など家の外に出た時も、心地良い状況をキャッチしやすくなります。家でどんな会話や言葉が使われているのかが大切です。子どもは「見ているものに染まる」のです。

そこで、やめて頂きたいことがあります。それは、「子どもの前で否定や非難をすること」です。虐待…厳しい言葉づかいも含めてやめてください。心のエネルギーをためる器が壊れてしまうとされているからです。

最後に「おすすめの取組」です。①絵本の読み聞かせ ②ボードゲーム、カードゲームをする ③一緒に料理を作る ④うれしい写真やうまかったときの動画などを一緒に観る ⑤祖父母との関係を大切にします。父母が祖父祖母を大切にしている姿をみると子どもも父母を大切にします。なんでもないことに笑いあうこと、家の中でゲーム以外の楽しいことがあるように…お願いしたいと思います。最後に 親の心が安定していること、親が幸せであること、学校と親、親と他の親が良好な関係であると、いろいろなことがあっても子どもは幸せでいられます。決して一人で抱え込まず、困ったことがあったら誰かに相談してください。

☆ 「**鈴峰中校区ふれあい交通指導**」【11月24日】



鈴峰中学校の定期テスト期間に合わせて、「鈴峰中校区ふれあい交通指導」を11月24日(水)の朝の登校時間に実施しました。1学期続いて2回目になります。

冬の気圧配置となり、鈴鹿おろしが吹きすさぶなか、庄内小学校出身の先輩達も元気に登校していました。朝一番、「おはようございます」の気持ちの良い声が響いていました。

