



教育目標 わたしから考える子 にこにこ元気な子 つづけてがんばる子 こころを合わせる子
わにっこり

和邇小だより 令和5年 5月号
児童数396名 文責 澤村幸夫



アリッサム 5月 自立と自律

5月に入りました。校庭の花壇には、「アリッサム」の花が満開です。私は、チューリップやポピーのように華やかで自己主張する大きな花よりも、小さくて可愛らしいアリッサムのような花が好きです。控えめながらも趣のある美しさをもっています。アリッサムの花言葉に「仲直り」というのがあります。となり同士くつき会いながらも、それぞれの小花がお互いを認め合い、協調しながら共生する姿から連想されたそうです。

近ごろ、「自立」と「自律」が、音が同じであることから、混同して使われることがあります。「自立」とは、他人に迷惑をかけずに自分のことは自分でやれるようになることを意味しています。これまでの学校では「自立」に向けて教育計画を充実させてきました。ところが、時代が求める力は、「自律」へと移行してきています。「自律」とは、自分で考えて自分をコントロールできることを意味しています。つまり、互いが適切に共生し依存し合うことです。他者に迷惑をかけない「自立」から、他者と適切に依存し合う「自律」へと変化してきています。そして、「自律」に向けて、自分で考え、判断し決定し、行動する力が求められています。

子どもたちには、「言われたことを、言われたとおりにできる」ことよりも、自分の考えを持ち（主体的）、自分で判断し決定する（自己決定）、そして周囲と協働しながら（共感的理解）生活する（共生）力が求められています。私自身になぞらえると、自分で考え、他者と対話し、周りの力を活用しながら判断し、決定して行動する力が必要となります。子どもの周囲にいる私たち大人が、まずは「自立」から「自律」への意識改革を試み、その行動を子どもたちに見せる必要があると思います。アリッサムのように、小花1つ1つが輝きを放ちながら、お互いを認め合い、協調しながら共生する姿を目指していきたいと思います。



～自分らしく～ 人権の日

和邇小学校では、毎月1回「人権の日」というものがあります。「人権」という言葉を聞くと、何か難しいことのように感じるかもしれませんが、「私たちの生活のすべて」が「人権」なのです。食べて寝て、遊んで勉強して、そして誰もが「自分らしく」幸せに生きていく、という意味です。大切なのは「誰もが」ということです。「自分が」だけでなく「すべての人が」ということです。

人権の日は、自分のこと、友だちのこと、家族のことなどを考える時間です。自分のことを振り返ったり周囲の友だちのことを考えたりします。放送を聞いて考えたり、ビデオを見て、自分はどのようにしたら良いか、クラスで話し合ったり、言葉に表したりします。「こんな時、相手はどう思うだろう」「相手の立場だったら、どうしていただろう」と想像する力も必要です。毎月のテーマはそれぞれ違いますが、「人の痛みが分かる」「相手の立場にたって行動することができる」子どもを目指して継続していきたいと思います。



4月24日(月)に全校避難訓練を実施しました。今回は理科室から出火したという想定で実施しました。第1回の訓練のめあては、避難経路の確認と「お・は・し・も・て」の基本行動を確認し身につけることです。1年生から6年生まで、「命を守る大切さ」について理解し、素早く真剣に行動する姿が印象的でした。

A group of students in various colored tracksuits are running across a large, sandy outdoor area, likely a school sports field. In the background, there is a large, light-colored school building with multiple windows and a dark roof. Beyond the building, there are green trees and a range of mountains under a clear sky.

1年生では、ひらがなの勉強をしています。鉛筆も上手に持ち、先生の話をしっかり聞いて丁寧に学習しています。

A group of children are sitting around a table, working on a craft project. They are using scissors and glue to make a collage. There are various colored papers and a box of glue on the table. The children are focused on their work.

2年生では、学年集会をしました。きらりとした2年生になるにはどうしたらよいか、話をしました。



3年生では、虫めがねの使い方に気をつけながら、運動場で植物や虫などの生き物をさがして観察しました。



5年生は家庭科の学習で、日本の伝統的な飲み物「お茶」を入れました。みんなで協力して心も温まるおいしいお茶を入れました。



6年生の防災学習が始まりました。わにっ子の防災リーダーとなって、防災の大切さを伝えるために、自然災害について調べています。

学校だより「わにっこり」のカラー版は、和邇小学校のホームページから「[学校便り](#)」を[クリック](#)してください。

新シリーズ ウェルビーイング 子どものWell-being 第1弾 アクアリウムセラピー



Well-being とは、心身とも満たされた状態を表すもので、「幸福」とも訳されます。現在、あらゆる分野で注目を浴びていて、さまざまな調査や研究がなされています。自分が幸せだと感じる大人が働く職場は、仕事上のパフォーマンスが高く、組織に良い影響をもたらすことが調査結果から出ています。当然、業績も好調で、会社経営が安定します。

これを、子どもたちの世界に当てはめると、子どもたちが、自分が幸せだと感じると、学びのパフォーマンスが向上し、学級や学校に良い影響をもたらすことになります。当然、学力も向上し、学校経営が安定します。

では、いったいどうすれば、「子ども自身が幸せだと感じるか」ということになりますが、これが簡単なことではありません。我が子に幸せになってほしいと願う親心は、共通のものです。教職員を含めた周囲の大人も地域の皆様も、未来を生きる子どもたちには幸せに生きてほしいと願うわけです。

そこで、今年は「Well-being」をテーマに、シリーズで、学校だより「わにっこり」を読んでもらうみなさんと共に考えていきたいと思います。(かなり自論がでてきますので、ご容赦ください。)

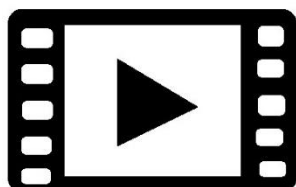
AI 時代とも呼ばれる現代社会、あらゆるものが便利になりました。と同時に「ストレス社会」に埋没して生活していると言っても過言ではありません。情報が入らないところで、1日のんびり過ごす、といった光景は見られなくなっています。そうした中で、私たちは子どもたちを含めて気付かないうちに、許容量以上の「ストレス」「悩み」「不安」を抱えて生活していることになります。そこで、私たち人間は、ごく自然に「癒し」を求めるようになりました。「気分転換」です。海や川へ行く、登山や温泉やプールに行く、共通することは「水」です。そう「水」なのです。

私たちは70%以上が水で出来ている地球という星に生まれ、母親のお腹の中で水に囲まれて産まれてきます。また、私たち人間のからだは60%が水です。私たちのルーツは水にあり、進化も水から始まります。人が命を保つために欠かせない「水」がある環境は本能的に安心するしくみになっています。食べ物がなくても2~3週間生きられるのに対して、水を1滴も取らなければ数日で命を落とすことになります。美しい水のある場所には人が集まり、栄えます(古代文明)。本能的に水が癒しとなり、生活を支えています。

子どもたちは、水槽が大好きです。学校には現在15個ほどの水槽があります。休み時間に水槽の前でずっと眺めている子どもがいます。「お魚」には特別な魅力がつまっているように思います。「アクアリウムセラピー」と呼ばれるように「癒し」の空間が水槽に広がっています。

実は、ストレスや緊張をやわらげるのに役立っているのが水槽です。アクアリウムの効果は、科学的にも証明されています。これまでに報告された多くの調査研究結果によると、「水槽の魚を眺めていると血圧と心拍数は低下する」というものです。水槽の前で鑑賞する協力者の気分や血圧、心拍数を測定、鑑賞前後で比較した結果、最初の5分で対象者の上下の血圧値や心拍数が明らかに低下したそうです。続く5分で次第に落ち着いてリラックスした気分になっていき、魚の数や種類が多いほうが水槽を眺める時間が長くなり、心身へ好影響するというものです。

テーマ「子どもの Well-being」の第1弾の方策は「アクアリウムセラピー」です。私は、人間と密接な関係にある「水槽」を「廊下」に置き、「癒し」を与えてくれる環境を作ろうと考えています。私の研究テーマは、「お金と手間をかけずに、美しく水槽を管理する」です。今年も試行錯誤しながら、失敗を繰り返しながら、いかに水槽のお魚に良い環境を与えながら飼育するかを追求していきたいと思います。私の挑戦はこれからも続きます。



学校にある水槽でオリジナル動画を作りました。3分ぐらいの動画です。左の  マークをクリックしてください。この動画で、少しでもリラックスしてください。