



なかよし週間 (11/10~11/14) へ向けて～自己肯定感を高めるために～

最近はずっと日没が早くなり秋も深まってまいりました。あの猛暑が嘘だったかのように、朝晩はめっきり冷え込み、肌寒さを感じる今日この頃です。保護者の皆様、地域の皆様におかれましては、日頃より本校の教育活動にご理解とご協力をいただきありがとうございます。



さて、皆様は「リフレーミング」という用語を耳にしたことがあるでしょうか。リフレーミングとは、物事の見方 (frame) を変えて感じ方を変えることを意味します。同じ物事でも、視点を変えると見方や感じ方が異なり、同じことが、長所になったりも、短所になったりもするということです。例えば、「コップに半分の水」があったとします。「もう半分しかない」(ネガティブ) と考えるか、「まだ半分もある」(ポジティブ) と考えるかの違いです。

一つの価値観にこだわっていると、時に行き詰まりを感じてしまいます。自分にとって短所だと思えることも、見方を変えれば長所となりプラスに働くかもしれません。短所だと思っていたところを長所として考えることができるようになると、自分に自信がもてたり、友達のよさが見えてきたりします。また、リフレーミングは、物事の捉え方や見方を変えることで、気持ちを楽にすることができると言われています。マイナスに感じる言葉をプラスの言葉に変換することで、心に余裕が生まれ前向きな気持ちになって次の行動がしやすくなったり、自己肯定感を高めたりすることにもつながってきます。

これからの時代を生きる子どもたちには、とても大切な考え方だと思います。学校はもちろん、ご家庭でも地域でも、子どもたちが多様な捉え方ができるよう支え、子どもたちの世界を広げていけたらと思います。

校長 福田 知子

★ お知らせとお願い ★

☆ 帰宅時間について

11月～1月は児童の帰宅時間が早くなります。安全のため17時には帰宅するよう指導していますので、声掛けをよろしくお願いします。

☆ 安全ベストについて

11月から、安全ベストを着用しての登下校になります。4月まで続けて着用しますので、よろしくお願いいたします。

☆ 名札について

涼しくなると、上着を着てくることが増えてきます。名札を、必ず見える位置につけるよう指導をしています。低学年児童は、脱ぎ着したときの付け替えが難しい場合、ポロシャツと上着両方に付けることもお勧めします。登校時には、制帽と名札が揃っているか声掛けをお願いします。

☆ 第3回 PTA 廃品回収について

11月30日(日)に行います。詳細につきましては、地域での掲示物をご確認ください。ご協力をよろしくお願いします。

☆ つらきたハッピーハロウィンについて

ご協力ありがとうございました。12月17日(日)は、焼き芋大会があります。ぜひご参加ください。

通常下校時刻					
	月	火	水	木	金
1年	一斉下校 14:20	14:00	1～6年 14:20 (委員会・クラブ) 4～6年 15:10	14:50	14:50
2年		14:50			
3年		15:40		15:40	
4年					
5年					
6年					

日	曜日	11月行事予定
1	土	
2	日	
3	月	文化の日
4	火	漢字まつり
5	水	ぐんぐんタイム 学童陸上記録会@倉敷運動公園 集金引落日
6	木	ぐんぐんタイム 文化庁学校巡回公演 放課後学習サポート
7	金	ぐんぐんタイム
8	土	
9	日	
10	月	応援隊草取り(全校) なかよし週間 SC 一斉下校 安全点検日
11	火	縦割り班遊び 4年図工のこぎりボランティア①②
12	水	委員会
13	木	学校保健委員会5校時 PTA役員会15:00～
14	金	避難訓練予告なし業間 縦割り班遊び
15	土	
16	日	
17	月	第2回あいさつがんばり週間 読み聞かせボランティア(4～6年) 3年校外学習(みかん畑)②～④ SC 一斉下校
18	火	職場体験～20日(木)まで 倉敷市立第一中学校より3名
19	水	クラブ
20	木	
21	金	移図
22	土	
23	日	勤労感謝の日
24	月	振替休日
25	火	
26	水	学芸会予行
27	木	放課後学習サポート
28	金	連北作品展設営13:00～(地域)
29	土	学芸会・連北作品展 一斉下校11:40 作品展片付け13:00～(地域) PTA会長選出の会(東部地区)15:00～体育館
30	日	廃品回収
12月の主な行事予定		
1日(月)振替休業日 16日(火)通学班別児童会2校時 17日(水)～19日(金)個人懇談 24日(水)第2学期終業式		