

すだちだより

10月

マスコットキャラクター



「ペン太 ペン子」

平成30年10月5日 第256号

発行 徳島市教育研究所 徳島市幸町2丁目5番地 TEL621-5432

すだち学級 TEL623-5150 E-mail:sudachi@tgn.tcn.ne.jp

すだち祭に向けて

1 スローガンは・・・

今年も恒例の「すだち祭」を、11月10日(土)に開催します。今回のスローガンは11月号で発表予定です。

2 内容は・・・

- (1) 展示(書道作品、美術作品、調理実習のレシピや感想、生け花、朝の音楽のリクエスト曲紹介文など)
- (2) 表現(合唱、ダンス、ハンドベル演奏など)
- (3) 喫茶(和喫茶と洋喫茶に分かれて実施)
- (4) 販売(すだち学級オリジナルグッズなど)

※内容については、変更があるかもしれませんが、ご了承ください。



通級生たちは、当日に向け日々奮闘中です。人前に出て活動する通級生、裏方で支える通級生等様々ですが、すべての子どもたちが持てる力を十分発揮してくれることを願っています。すだち祭当日、その様子をご覧いただければと思います。

第2回「とまり木の会」(9月20日(木)実施)報告

前半は、鳴門教育大学大学院教授の吉井健治先生から「子どものストレスとストレス対処法」のお話をお聞きしました。『ストレスとは、ネガティブな時だけ感じるものではない。良いストレス(前向きなストレス、例えば、「サッカーの大会でどうしても勝ちたい。そう思ったら腹痛が・・・」といったようなもの)もある。』、『ストレス対処法としては①自分で自分をなぐさめる②おしゃべり、シャワーなどの行動対処法③真正面から問題を見て解決④人に話を聞いてもらう⑤呼吸法』等を教えていただきました。

後半は、参会者が想いや悩みを語り合う場。それぞれが日頃感じていることを語り、それに対して吉井先生よりご助言をいただきました。保護者の方からは「色々な話を伺うだけで心が少し楽になりました」「皆さんそれぞれ色々な悩みを持たれていることが分かり、私も頑張ろうと思いました」等のご感想をいただいています。

第3回は11月22日(木)15:00～の予定です。ご都合のつく方はぜひご参加ください。

10月の行事予定

- | | |
|----------------------------|-----------------------|
| 3日(水) ふれあいスポーツ(河川敷) | 5日(金) 実習(コラーージュの制作) |
| 10日(水) 陸上記録会(鳴門・大塚スポーツパーク) | 12日(金) ジョシユアタイム(英語教室) |
| 17日(水) ふれあいスポーツ | 19日(金) 茶道教室 |
| 24日(水) ふれあいスポーツ(河川敷) | 26日(金) 実習(リースの制作) |
| 31日(水) ふれあいスポーツ(河川敷) | |



※行事については変更する場合があります。すだち学級までお問い合わせください。

校外活動

阿南市科学センター

9月26日(水)、阿南市科学センターへ校外活動に出かけました。通級生たちは、阿南市科学センターに出かけるのをとても楽しみにしているようでした。バスの中では、先生クイズやサイエンスクイズをして盛り上がりました。

到着してまず、デジタルプラネタリウムの鑑賞をしました。DVD「今夜の星空と月のひみつ」の映像を見ながら、科学センターの指導員から、こと座、はくちょう座、わし座などの星座や、夏の大三角、また、月や太陽系の惑星等の身近な天体についての話を聞きました。

次に、顕微鏡の学習をしました。科学センターの近くの川で採取した水の中に住んでいるプランクトンの観察をしました。通級生一人一人がプレパラートを作り、顕微鏡を使って観察しました。顕微鏡の使い方も詳しく教えてもらい、倍率も時々変えながらしっかりと観察することができました。通級生それぞれが、普段見ることのない、小さな生物の世界があることを知り、感動しているようでした。

また、昼食後の自由時間には、科学体験コーナーで、ふりこの原理を学ぶ大型ブランコや電気イライラ棒などを体験し、とても楽しんでいました。



いきいき未来サポーターより

*** いろいろな気持ち ***



いきいき未来サポーターの熊谷 佑美 (くまがい ゆみ) です。

気持ちを表すことばには、いろいろなものがあります。どのような“気持ち”を知っていますか？

うれしい、楽し

悲しい、さびし

くやしい、びっく

このほかにも気持ちを表すことばはたくさんあります。それだけ人のこころの中は複雑で、いつもいろいろな気持ちがからみ合っています。時には、わけもわからずイライラしたり、モヤモヤしたりすることもあります。

からみ合ってぐちゃぐちゃになっている気持ちを、ほどいて整理することで、少し気持ちがすっきりするかもしれません。気持ちを表すことばを知っていると「今とてもイライラしている」、「さびしいけど、うれしい」など、自分のこころの中で感じていることを整理する手助けになります。気持ちを表すことばを知ること、そして、少しずつ増やして試みるのが大事です。

☆いきいき未来サポーターは、すだち学級常駐のカウンセラー(学校でいうスクールカウンセラー)です。こころや体がつかれて少し休みたい時、話をして気持ちを整理したい時などに、どなたでもご利用いただけます。

