



# すだちだより



令和元年7月3日 第265号

発行 徳島市教育研究所 徳島市幸町2丁目5番地 Tel.621-5432

すだち学級

Tel.623-5150 E-mail:sudachi@tgn.tcn.ne.jp

先月初めからどんどん暑さが増し、今年の夏の暑さが心配されましたが、梅雨入りが遅れ、思いの外涼しい日が続いています。しかし、油断は禁物。これからが夏本番です。体調を崩すことなく夏を乗りきるために、今から生活のリズムを整え、体調管理に努めたいものです。

## すだち学級での生活 〈朝の会・ストレッチ〉編

先月紹介した「朝の音楽」に続いて、朝の会が始まります。あいさつの後、「今日は何の日」として、ちょっと豆知識をはさみながら、和やかなおしゃべりをし、その後、その日の学習や活動の確認をします。そして、CDから流れるのんびりとしたペースのかけ声に合わせてストレッチをし、身体をほぐします。その中の一つ『グーパー空手』では、身体だけでなく、脳もリフレッシュできます。

## すだち学級の歌「すだちハウス」ができました！！

5月31日（金）、音楽実習の時間に通級生みんなで協力をして、すだち学級のテーマソングを作りました。音楽実習担当の職員や通級生が準備したコード表や大きな楽譜を使って、順々にサイコロを振り、出た目に合わせて、リズムや音階を決め、次々と音符を書き込んでいきました。完成したメロディを職員がピアノで演奏すると歓声が起こりました。そして、通級生たちがもつ「すだち学級」のイメージを各自で書き出し、歌詞も完成させました。完成した曲は、みんなで歌った後、学級玄関に掲示しています。



## 活動紹介

**（校外活動）** 5月29日（水）、バスを利用して「とくしま動物園（北島建設の森）」へ校外活動に出かけました。モルモットやウサギとのふれあい体験がとても印象に残ったようです。



**（英語活動「ジョシュアタイム」）** 毎月2回、金曜日に、ALT ジョシュア先生と楽しく英語活動をしています。ゲームを通してコミュニケーションをとりながら、英語に親しめる有意義な時間です。



**（書道教室）** 6月7日（金）、講師先生をお迎えしての書道教室を行いました。色紙に「令和」という文字を書いた後、自分の好きなことばを書き、作品を仕上げました。



# 7月の行事予定

# お知らせ

5日(金) 調理実習・七夕祭り  
10日(水) ふれあいスポーツ【水泳】(田宮プール)  
12日(金) ジョシュアタイム  
18日(木) すだち学級 終業式  
22日(月)～26日(金) 個人面談  
※夏休み中の登級日は、8月1日(木)と22日(木)です。1日には、すだち学級に通級していた高校生との交流会を予定しています。  
※変更する場合がありますので、詳しくはすだち学級までお問い合わせください。  
※9月3日(火) すだち学級始業式

平成29年度の夏からALTとして、すだち学級で英語活動をしてくださいました。いつも工夫を凝らした内容を準備してくださり、通級生たちは意欲的に活動していました。2学期からは、また新しいALTに来ていただき、英語活動を行います。



## 第1回「とまり木の会」へのご参加ありがとうございました。

今年度最初の「とまり木の会」が、6月21日(金)にありました。

昨年度の約2倍近くの保護者の方が参加くださり、子どもたちに向き合っていきたいという思いを身近で感じられる有意義な会となりました。

初めに、講師の鳴門教育大学大学院教授の吉井健治先生から、「相手のところに近づく聴き方十二の技」という演題で半時間程お話をいただきました。今回は、十二の技の中から、技1から技4について例を挙げて説明してくださりました。その後、保護者の方々が日頃の思いや悩みを自由に話し、それについて、吉井先生から貴重なアドバイスをいただきました。また、「子どもの悩みの一つは、自分のことで親が悩んでいることだ」とのお話もありました。同じような悩みを持つ方と思いを共有し合い、悩んでいるのは自分だけではないと感ずることで、少しでも保護者の心が軽くなれば、子どもの心も軽くなると思います。

第2回「とまり木の会」は、夏休み明けの9月19日(木)15:00からの予定ですので、ご参加ください。

## ～いきいき未来サポーターより～

\*\*\* 気持ちを話すことの意味 \*\*\*



いきいき未来サポーターの、熊谷 佑美(くまがい ゆみ)です。

6月号では、自分の気持ちを整理したり、言葉にして表現したりすることで、気持ちが落ち着くことができるとお伝えしました。ただ、一人で考えているとさらにごちゃごちゃしてやることもあります。そういう時はだれかに話をし、だれかに気持ちを聞いてもらうことで、次のような効果があります。

あやふやだったことが、はっきりしてくる

新たな気づきがある

話しているうちに整理される

気持ちがすっきりする



家族や先生、友達、先輩など身近な人に話を聞いてもらうことがあると思います。そのほかに、学校のスクールカウンセラーや医療機関など、専門の相談機関で話を聞いてもらうことも一つです。

自分の話をし、思っていることを話すというのは、人によってはとても勇気のいることです。うまく話せるだろうか、変に思われまいだろうか、などの不安が伴います。話すことが難しい場合や、大きなストレスになる場合は無理にすることはありません。無理のない方法で、自分の気持ちを整理したり表現したりすることが大事です。

☆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。ご利用の際は、すだち学級へお電話ください。(電話: 623-5150)