



令和7年2月5日

木下小学校 保健室

木下小のみなさんと保護者の方へ

今年も、交流の杜から降りてくる白階段脇の赤い梅が、咲き始めています。こんなに寒いのに、春を忘れず咲く梅の花です。



本校ではインフルエンザも、コロナも落ち着いてはいますが、突然多くの欠席者が出ないとも限りません。鳥のインフルエンザ類似患畜も報告されていますので、もし野生の鳥が弱っているのを見つけても触らないようにしてください。

春はそこまでです。もうしばらく暖かくして過ごしましょうね。

2月の保健目標

こころの健康を考えよう

とも
友だちを
たい せつ
大切に



とも
友だちにこんなことをしていませんか？

- ☒ 自分の考えを押しつける
- ☒ がんばっていることをからかう

な か よ わら
どんなに仲が良くても、笑っていても
こころ きず
心は傷ついているかもしれません。

とも たい せつ
友だちを大切に

- げん き こえ はなし き
元気がなかったら、声をかけて話を聞く
- かんしゃ き も つた
いつでも感謝の気持ちを伝える

たい せつ あいて き も かんが とも なか よ
大切なのは相手の気持ちになって考えること。友だちとずっと仲良しでいよう。



2月5日は笑顔の白

「ニ（２）コ（５）ニコ」と読む語呂合わせから「ニコニコといつも笑顔でいる」ことを目的とし、社会を明るくする活動を行っているボランティア団体の有志によって制定されたそうです。

えが お じぶん じしん み えが お れんしゅう
笑顔になるのも自分自身。かがみを見て笑顔の練習してみてください。



これは私が幼稚園の時のことです。幼稚園に入るまで鉄棒という物を見たことがなく、休み時間に多くの子が鉄棒でクルクル回っているのを不思議に思っていました。その様子はとても簡単そうで、誰にでも、もちろん自分にもできそうでした。まだ友達もいない頃だったので、黙って一人でやってみました。体を半分に折って「布団干し」の状態になるところまではできたのですが、そこからができない。自然には体は回らない。そこから怖いという気持ちと、でもやってみたいという気持ちの葛藤が始まりました。

その日、私は「今日は絶対前回りをする」と一人強く心に誓って登園しました。

そして、チャンス到来。先生がクラスの子全員を園庭に連れて行き、一つ一つ遊具の説明をしていました。もちろん遊ぶ時間でないことはわかっていました。あくまでも遊具の説明。その頃からずば抜けてからだが大きかった（110cm32kg）私は、列の一番後ろ。鉄棒の近くに来た瞬間、心臓がドキドキしてきて「今日は怖がらずに回る」という強い気持ちが大きく膨らみ、抑えきれずに鉄棒を握ってジャンプ。ここで怖がってはいけないとばかりに一息に前回り！。どすん、うー。失敗…。50年以上も前のことなのに鮮明に覚えています。多分痛くて泣いたかもしれないし、先生には相当ご迷惑をおかけしたことだと思います。そのことは覚えていないのですが、「あの時勇気出したな・・・」と過去の自分を思い出して今でも頬が緩みます。周りから見たら、体の大きなあまり話さない子がみんなと一緒に歩いていて、突然鉄棒で前回りをして落ちた。何をしているんだ！！といった場面です。

子ども達の行動を見ていると《なに？》と思うことがたくさんあります。そして大人の価値観で指導をしてしまったり、されてしまったりしている場面も目にします。危険だったらなおさらです。（指示のないときに勝手に鉄棒で前回りをするなんて、もっての他です。）

目の前でトラブルを起こしている子がいると、自分の幼稚園の時のこと思い出します。そして、本当はこの子は何をしたかったのかな？そう考えながら、「なんのためにその行動をしたの？」と「行動」と「目的」を分けて聞くように心がけています。「何でそんなことしたの？」と聞いておきながら「そんな理由があってもやっちゃだめでしょ」と言ってしまったこともあります。結果子どもは「どうせ怒るなら聞かなくて良いでしょ！！」となり、次からは「どうせ怒るから」と話してくれなくなる。そんな指導をしていた頃もありました。失敗でした。

子ども達はまだまだ学びの途中です。失敗も間違いもたくさんあります。「目的」はとても素敵なのに、「手段・方法」がわからないから「困った行動」に出てしまう。「仲良くしたい（目的）から、たたいてしまった（行動）」というのはよくある話です。目的は良かったけど、手段（行動）は良くなかった。この行動だけを指導してしまうと、この子は同じ事を繰り返します。なぜなら別の方法がわからないから。「ちゃんとやっているのにまた繰り返す」のは別の方法がわからないことが原因のように感じます。または「やったことがないから別の方法ができない」ことも。「言っているのに繰り返す」に心当たりがあったら、ぜひ「どんな方法が良いかな？」と一緒にアイデアを3つくらい考えてあげてください。大人からみたら「それはだめでしょ？」と思うような方法でも危険でなかったら否定しない。（実際には成功してしまうこともあります。その度に、子どもの世界に大人の手は届かないなあと苦笑いをしています。）そして、ときどき「その後、どう？作戦成功している？」と声をかける。ここが大切です。問題が起きていないときにサポートをする。もう解決ついていたならそれでよし。まだだったら応援する。問題が起きていないときの声かけは忘れがちですが、こちらは習慣になればお互いにとってずっと快適な関係になります。行動の奥にある、子ども達の思い・目的を大切にすることで、こころの健康な人に育つサポートをしたいと思っています。