



令和4年度陸別小学校学校便り No.10 R5.1.30 発行 文責：校長 阿部

「笑顔・信頼期待・誇り・プラスワン」に満ちた学校

- ・「笑顔」(Smile) →子どもが「明日もまた来たい」と思える通いがいのある学校づくり
- ・「信頼」「期待」(Trust)(Expectations) →保護者や地域から信頼され、期待される学校づくり
- ・「誇り」(Pride) →職員が生き生きと自信をもって活動し、自慢できる学校づくり
- ・「プラスワン」(Plus One) →積極的な「プラスの風」を吹き込むことによる学校改革

みんなでリフレーミング

少し遅くなりましたが、改めまして、今年もよろしくお願ひいたします。25日間の冬休みを終えて2週間、子どもたちも学校の生活リズムに慣れ、元気に登校してきています。3学期の登校日数は47日間（今日で残り38日）とあっという間ですが、卒業や進級を控え、1年間の総まとめとなる大切な学期です。引き続き、子どもたちの成長のために、保護者、地域の皆様と連携をとって、学校運営をしてまいりたいと思いますので、変わらぬご支援、ご協力をお願いいたします。

さて、「リフレーミング」という言葉をご存じでしょうか。リフレーミングとは、「ある枠組み（フレーム）で捉えられている物事を、枠組みをはずして、違う枠組みで見ること」を指します。例えば、コップに水が半分入っているとき、「もう半分しかない」と思うか、「まだ半分もある」と感じるか、水の量自体は変わりませんが、その事実をどう解釈するかで、感じ方は大きく変わります。

人は失敗するとネガティブに考えがちです。私が中学校で担任をしていた頃も、自分の性格を書かせると短所ばかりを書く子どもが少なくありませんでした。自己肯定感、自己有用感が低いと、自分に自信がもてなくなり、何に対しても消極的になりがちです。ここで、リフレーミングをしてみます。例えば「人の意見にすぐ合わせてしまう」や「落ち着きがない」「勇気がない」などの短所は、見方を変えると、「人の意見にすぐ合わせてしまう」は「協調性がある」、「落ち着きがない」は「好奇心旺盛」、「勇気がない」は「何事にも慎重である」というように、長所とみることができます。

こうしたリフレーミングを繰り返すことによって、自分に自信がもてるようになり、自己肯定感が高まり、それが自己有用感につながっていくと思います。参考にいくつかのワードをリフレーミングしたものを紹介します。この他にも、ぜひご家庭で、いろいろな言葉をリフレーミングして、子どもたちに返してみてください。

リフレーミングワード例（ほかにもいろいろあると思います。探してみてください。）

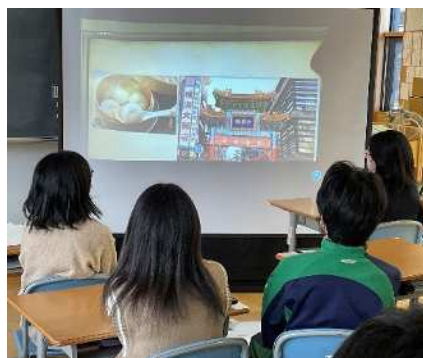
変えたいワード ⇒	リフレーミング後	変えたいワード ⇒	リフレーミング後
飽きっぽい	好奇心旺盛	せっかちな	行動が機敏な
あわてんぼう	行動が機敏な	責任感がない	無邪気な・自由な
いいかげんな	おおらかな	だらしない	こだわらない
いばる	自信のある	短気な	情熱的な
うるさい	元気がいい	調子にのりやすい	雰囲気明るくする
おこりっぽい	情熱的な	つめたい	知的な・冷静な
おとなしい	おだやかな	でしゃばり	世話好きな
カッとしやすい	情熱的な	生意気な	自立心がある
変わっている	味のある、個性的な	涙もろい	人情味がある
がんこな	意志が強い	根暗な	自分の心の世界を大切にしている
気が弱い	我慢ができる	のんきな	マイペースな
きつい	シャープな	八方美人な	人づきあいが上手な
口が悪い	率直な	反抗的な	自立心のある
口が軽い	社交的な	人に合わせる	協調性豊かな
けじめがない	物事に集中できる	人をうらやむ	理想のある
強引な	エネルギッシュな	プライドが高い	自分に自信がある
こだわりやすい	感受性の強い	周りを気にする	心配りができる
ことわれない	人のために尽くす	負けず嫌い	向上心がある
さわがしい	元気がいい	目立たない	素朴な
しつこい	ねばり強い	目立ちたがる	自己表現が活発な
自慢する	自己主張できる	面倒くさがる	おおらかな
地味な	素朴な・控えめな	よく考えない	行動的な
消極的な	控えめな	乱暴な	たくましい
ずうずうしい	堂々とした	ルーズな	こだわらない



12・1月の学校生活 Pick Up



12月21日、6年生のふるさと学習の一環として、横浜市立大門小学校5年生とオンライン交流学習を行いました。陸別小からは、陸別町の寒さや特産品等について紹介し、大門小学校からは横浜市の様子や地域の暮らしについてのレポートをしてもらいました。この数年の間で、オンラインにより、なかなか訪れることができない地域の様子を交流することができるようになりました。今後も学習目標に沿った内容を踏まえながら、全国各地の学校とのオンライン交流も継続できたらと考えています。



各種表彰

- ・12月、今年度2回目の漢字検定と算数検定の合格者の表彰を行いました。おめでとうございます。他の子どもたちも含めて、引き続き上の級の合格目指して、頑張してほしいと思います。



【漢字検定合格者】

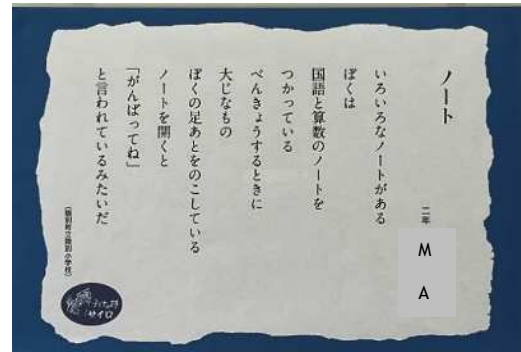


【算数検定合格者】

- ・11/27日、4年T・Jくんが第7回十勝地区空手道連盟少年少女交流大会組手小学4年生男子の部で準優勝となりました。おめでとうございます。



- ・2年 M・A くんが書いた詩がサイロの会で入選し、六花亭の喫茶室に展示されましたので、紹介します。おめでとうございます。



縦割り遊び

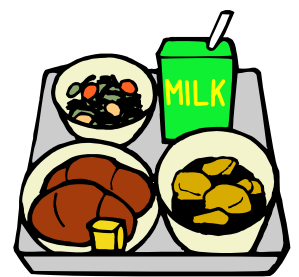
12月15日、今年度2回目のたてわり遊びが行われました。今回は5年生がリーダーとなって企画し、各班に分かれて工夫した遊びや運動を行いました。各班の5年生は交流内容が低中学年に分かるように丁寧に説明していました。

あと2か月で6年生が卒業すると、5年生が陸別小学校の顔となります。いろいろな場面で、最上級生として、その行動が注目される機会が増えてきます。子どもたちには、6年生がいるうちに、先輩の様子を見て、こんな6年生になりたいという理想をもって学校生活を過ごしてほしいと思います。



食育学習

12月に、各学年ブロックで小森栄養教諭による食育学習が行われました。高学年では、3食の献立を考える学習を行い、バランスの良い食生活についての知識を深めることができました。十勝は食料自給率1200%を誇る食料基地です。食についての知識を深めることは、地域を知る上でも、将来の日本について考える上でも、とても意義あることだと思います。



冬休みがんばルーム

今年も1月11日～13日の3日間、学校の多目的ホールを開放して「冬休みがんばルーム」を行いました。本校学習支援員や地域ボランティアの方にもご来校いただき、復習や宿題で分からない問題の確認などの学習サポートを行いました。参加した子どもたちは、しっかり学習できたようです。今後は放課後サポート学習にも力を入れていきたいと考えています。



しばれ制作

町の一大行事である「しばれフェスティバル」に向けて、小学校が参加協力するフラッグやお守り、しおりの制作が進み、無事完成しました。また、当日希望者で披露する予定の「ダンス」や「木やり太鼓」の練習も順調に進んでいます。28日には、実行委員会のご厚意により、5、6年生の希望者で、バルーンマンションの水かけ体験もさせていただきました。今年は、3年ぶりの開催ということで、私もととても楽しみにしています。



2月の主な行事予定

日	曜日	学校行事
1	水	スクールガード しばれ旗設置作業
2	木	スケート記録会（低学年）
3	金	しばれフェスティバル前日準備作業
4	土	しばれフェスティバル1日目
5	日	しばれフェスティバル2日目
6	月	3年オンライン交流授業 スケート記録会（中学年、高学年）
10	金	入学説明会
11	土	建国記念の日
13	月	6年中学校体験登校（2回目）、 中学校新入生説明会 3年バス学習
14	火	6年理科名古屋大学出前授業（オンライン）
15	水	スクールガード、職員会議
16	木	職員会議
17	金	校内研修日
18	土	漢字検定
22	水	保小連携交流授業（給食体験） 児童会役員選挙
23	木	天皇誕生日
24	金	活動委員会⑤

凍結深オンライン授業

1月19日に、5年生で地面の凍結深度についてのオンライン学習が行われました。当初は12月の土曜授業で、宮城大学の原田教授による対面授業を予定していましたが、土曜授業の中止に伴い、今回オンラインでの実施となりました。しばれフェスティバルを前に、陸別の冬の寒さについての知識を改めて知り、深めることができました。



保護者のみなさまへ

先週から、小学校においてインフルエンザが流行し、学年閉鎖等の対策をとっております。今週も体調が悪い場合は、無理をなさらず病院を受診する等、ご協力をお願いいたします。