



中西小

なかよし便り



令和6年11月29日  
練馬区立中村西小学校  
No.8 12月号

中村西小学校  
ホームページ



## 子供たちの「自己肯定感」を育むために

校長 工藤 智昭

11月は「ふれあい月間」として学校全体でいじめ防止に向けた取組を行ってきました。特に今回は各学級でいじめ防止に関する標語を考えました。どの作品にもいじめは許さない、お互いを大切にしようという気持ちが表れていました。

さて、この「いじめ」についてですが、ある「いじめ」に関する調査研究で、「いじめ」に関わってしまう子供の多くに「自己肯定感」が低いという傾向があることがわかりました。また、文部科学省の調査等でも日本の子供たちは諸外国の子供たちに比べて「自己肯定感」が低い傾向にあり、知識が豊かで能力が高くて自己評価が低いので自分の力を十分に発揮できない可能性があるかと懸念しています。

「自己肯定感」は、「自分は認められている、愛されている、自分には価値がある、自分は大切な存在だ」と、自らの価値や存在意義を自分自身で感じることができる感情のことです。自分の良いところも悪いところも含めて自分のすべてを肯定できる、前向きな感情ということもできます。「自己肯定感」が高い子供は、自分に自信があり、何事にも挑戦しようとする強い心をもっています。また、「自己肯定感」が高いと心に余裕があり、人に優しく接することができるので良好な人間関係を築いていくことができます。では、「自己肯定感」を高めるには子供たちとどのように関わっていけば良いのでしょうか。

### ①子供に寄り添い声かけする

「自己肯定感」の形成に最も悪影響を与えるのが、感情で子供への評価を変えてしまうことです。何度言ってもできないと苛立ったり、そんなことをする子は嫌いだと否定したりすることを繰り返していると、子供は、自分は愛されていない、必要ない人間かもしれないと思ってしまいます。時には叱ることも必要ですが、「どんな時でもあなたの味方だから！」という思いを子供に伝えることで子供たちは愛情を感じ、心の支えになり、自己肯定感に繋がります。

### ②自然体験や生活体験を積み重ね充実感を味わわせる

文部科学省のデータによると、「海や川で泳いだことがある、山登りをしたことがある、農業体験をしたことがある」などの自然体験を多く経験している子供ほど「自己肯定感」が高くなる傾向にあるそうです。また、「食器を洗う、片付ける、タオルや雑巾を洗う」などのお手伝い（生活体験）が多い子供も「自己肯定感」が高いそうです。

### ③結果だけでなく子供の頑張り（プロセス）を認め褒める

子供は学校生活でも家庭生活でも取り組まなければならないこと（課題）がたくさんあります。子供が真面目に取り組む頑張ったことは必ず褒めて（評価して）あげてください。子供ですから頑張ったことが良い結果としては表れてこない場合もありますが、結果ではなくそれまで頑張ってきた過程（プロセス）を褒めてあげてください。

### ④子供の話真剣に聞く

子供が大人に話しかけてくる時は、自分の話を聞いて欲しい時です。忙しくて後回しにしたり、途中で話を遮ってしまったりすると自分が尊重されていないと感じてしまいます。真剣に話を聞いてあげることで、自分は認められている存在だと感じ、「自己肯定感」も芽生えてきます。

### ⑤感謝の言葉を伝える魔法の言葉「ありがとう」

「ありがとう」は相手の存在価値を認める魔法の言葉です。「自己肯定感」の低い子供は、「どうせ自分なんて・・・」と思う傾向にあります。少しでも子供が良いことをしてくれたら「ありがとう、助かったよ」と感謝の言葉を伝えてください。「ありがとう」の言葉は、人から必要とされていると感じられ、自然と自分に存在意義をもてるようになります。

「自己肯定感」の形成には、小学校のこの時期の経験や体験が大きく影響します。本校では、子供たちの「自己肯定感」を高めていくために全教職員が上記の①～⑤のことを大切にして子供の指導にあたってまいります。ぜひ、ご家庭でも子供と向き合う時間を作っていただき、積極的に子供に関わっていただけたらと思います。

【学校より】

#### ○展覧会

12月13日（金）、14日（土）に展覧会を実施します。鑑賞についての詳細は、11月22日に配布しましたお手紙をご確認ください。なお、児童は3時間授業ですが、授業の公開はありません。

#### ○個人面談

12月16日（月）～20日（金）に個人面談があります。個人面談では、2学期の学習・生活の様子などについてお伝えします。詳しくは、各担任から配布された「個人面談のお知らせ」をご確認ください。なお、個人面談期間中の児童の下校時刻は、13時20分頃となります。

#### ○大掃除

12月24日（火）に大掃除があります。濡れた雑巾を持ち帰りますので、記名したビニール袋を持たせてください。

#### ○3学期始業式

1月8日（水）通常登校 給食あり...持ち物については各学年のお知らせをご確認ください。

# 12月行事予定 ※ク6...クラブなし6時間授業(15:10下校)

| 日  | 曜日 | 時程   | 朝       | 学校行事等              | 1年 | 2年 | 3年 | 4年 | 5年 | 6年 | 給食 |
|----|----|------|---------|--------------------|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 日  |      |         |                    |    |    |    |    |    |    |    |
| 2  | 月  | 委員会  | 全校朝会    | 安全指導               | 5  | 5  | 5  | 5  | 6  | 6  | ○  |
| 3  | 火  |      |         | 社会科見学(4年)          | 5  | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  | ○  |
| 4  | 水  |      | 音楽朝会    | 展覧会作業日(6年)         | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | ○  |
| 5  | 木  |      |         | 色覚検査(4年)           | 5  | 5  | 6  | 6  | 6  | 6  | ○  |
| 6  | 金  |      |         | 避難訓練               | 5  | 5  | 5  | 6  | 6  | 6  | ○  |
| 7  | 土  |      |         |                    |    |    |    |    |    |    |    |
| 8  | 日  |      |         |                    |    |    |    |    |    |    |    |
| 9  | 月  | ク6   | 全校朝会    |                    | 5  | 5  | 5  | 5  | 6  | 6  | ○  |
| 10 | 火  |      |         |                    | 5  | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  | ○  |
| 11 | 水  |      |         |                    | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | ○  |
| 12 | 木  |      |         |                    | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | ○  |
| 13 | 金  |      |         | 展覧会(児童鑑賞日)         | 5  | 5  | 5  | 6  | 6  | 6  | ○  |
| 14 | 土  | 土曜時程 |         | 展覧会(保護者鑑賞日)学校公開    | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |    |
| 15 | 日  |      |         |                    |    |    |    |    |    |    |    |
| 16 | 月  |      | 全校朝会    | 個人面談①              | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | ○  |
| 17 | 火  |      |         | 個人面談②、薬物乱用防止教室(6年) | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | ○  |
| 18 | 水  |      |         | 個人面談③              | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | ○  |
| 19 | 木  |      | たてわり班活動 | 個人面談④              | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | ○  |
| 20 | 金  |      |         | 個人面談⑤              | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | ○  |
| 21 | 土  |      |         |                    |    |    |    |    |    |    |    |
| 22 | 日  |      |         |                    |    |    |    |    |    |    |    |
| 23 | 月  | クラブ  |         |                    | 5  | 5  | 5  | 6  | 6  | 6  | ○  |
| 24 | 火  |      |         | 大掃除                | 5  | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  | ○  |
| 25 | 水  |      | 終業式     | 2学期終業式、お誕生日給食、給食終  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | ○  |
| 26 | 木  |      |         | 冬季休業日始             |    |    |    |    |    |    |    |
| 27 | 金  |      |         |                    |    |    |    |    |    |    |    |
| 28 | 土  |      |         |                    |    |    |    |    |    |    |    |
| 29 | 日  |      |         | 閉庁日                |    |    |    |    |    |    |    |
| 30 | 月  |      |         | 閉庁日                |    |    |    |    |    |    |    |
| 31 | 火  |      |         | 閉庁日                |    |    |    |    |    |    |    |

## 生活目標 「ものをたいせつにしよう」

・掃除用具のあとしまつをきちんとしよう ・給食の片付けをきちんとしよう ・みんなで使うものの後始末をきちんとしよう

### ○防寒具について

寒くなってきました。登下校時に手袋、マフラーなどを着けて登校しても構いません。(手袋、マフラー、ネックウォーマーは登下校時のみの着用となり、休み時間や体育の時間には着用しません。)教室内は換気も行っているため、暖房はつけていますが外気の影響を受けやすい状態になっています。温度調節ができるように子供たちが自分で管理しやすい防寒具等の工夫をお願いします。健康上、リップクリーム、ハンドクリーム(無着色・無香料)の利用が必要な場合、連絡帳にてご連絡いただきますようお願いいたします。また、一つ一つに名前をしっかりと書いて持たせてください。

# 1 年 生

|    |   |    |                        |
|----|---|----|------------------------|
| 国語 | ・ためきの糸車 ・日づけとよう日 ・てがみでしらせよう<br>・むかしばなしを よもう ・かきぞめ | 音楽 | ・ねいろとつよさ「いろいろな音を見つけよう」 |
| 算数 | ・ひきざん ・どんなけいさんになるのかな？<br>・けいさんぴらみっど               | 図工 | ・展示会のかざり ・空へのびるおしろ     |
| 生活 | ・どんぐりランド ・かぞくここにこにこ大きくせん                          | 体育 | ・マットを使った運動遊び ・走、跳の運動遊び |
| 道徳 | ・正直、誠実・友情信頼・家族愛、家庭生活の充実                           |    |                        |

【お知らせとお願い】

## ○生活科の今後の学習について

### 「かぞくここにこ大作戦」

12月中旬より、生活科で『かぞくここにこ大作戦』という家族の一員として家庭の仕事を手伝ったり、自立に向けて、自分でできることを自分で行ったりする学習があります。自分の普段の生活と家族の生活を比べて、家族が行ってくれている家事の大変さや、自分にもできそうなことを見付ける学習も行います。

冬休みにワークシートを配付しますので、自分ができの仕事に挑戦することができるよう、ご協力をよろしくお願いいたします。

### 「ふゆとともだちになろう」

3学期に学習する『ふゆとともだちになろう』では、けんだま、こま、あやとりなど、道具を使ったむかし遊びや、寒さに負けず元気に外で体を動かす遊びをたくさん経験させていきたいと考えています。自分のけんだま、こま、あやとりひもがある人は、ご家庭でも練習を始めてみてください。

## ○防寒具について

寒くなってきました。登下校時に手袋、マフラーなどを着けて登校しても構いません。（手袋、マフラー、ネックウォーマーは登下校時のみの着用となり、休み時間や体育の時間には着用しません。）

教室内は換気も行っているため、暖房はつけていますが外気の影響を受けやすい状態になっています。温度調節ができるように子供たちが自分で管理しやすい防寒具等の工夫をお願いします。カイロやリップクリーム、ハンドクリームは病院からの指示があった場合には持ってきて大丈夫です。その場合には、連絡帳にてご連絡いただきますようお願いいたします。また、一つ一つに名前をしっかりと書いて持たせてください。

## ○冬休みの宿題、3学期はじめ等について

1年生は、2学期末に「1学年だより」で別途連絡します。

# 2 年 生

|    |  |    |                          |
|----|--|----|--------------------------|
| 国語 | おもちゃの作り方をせつめいしよう みきのたからもの<br>お話のさくしゃになろう 冬がいっぱい 書き初め | 音楽 | にっぽんのうた みんなのうた<br>音のスケッチ |
| 算数 | かけ算（2）   | 図工 | 展示会へ向けて<br>えのぐでかこう       |
| 生活 | 作ってためして  | 体育 | 鬼遊び ボール投げゲーム<br>表現リズム遊び  |
| 道徳 | 家族愛、家庭生活の充実 勤労、公共の精神<br>感動、畏敬の念                      |    |                          |

【お知らせとお願い】

## ○かけ算九九の暗唱にご協力をお願いします。

音読の宿題に、かけ算九九の暗唱も追加しています。ご家庭でのご協力、ありがとうございます。かけ算の学習は12月で終わりますが、九九の暗唱は2年生のうちに確実に習得することを目指し、3学期以降も続けていきます。九九の全部の段を学習した後は、①上から（ $\times 1 \sim \times 9$ ）、②下から（ $\times 9 \sim \times 1$ ）、③バラバラ（ランダムでも答えられるか）という方法で九九チャレンジを行います。ご家庭でも、3種類の九九の暗唱ができるよう、ご協力をお願いいたします。

## ○冬休みの宿題について

冬休みの宿題は、書き初め（3枚）を予定しています。提出する宿題は書き初めだけですが、2学期までの復習や読書に取り組んだり、大掃除など、この時期しかできないお手伝いや年末年始のあいさつなど、様々な経験ができるとよいと思います。

## ○生活科「あしたへつなぐ自分たんけん」

3学期の生活科の学習「あしたへつなぐ自分たんけん」で、自分自身の生活や成長を振り返る学習を行います。3学期に入ってから子供たちからご家族にインタビューをする予定ですが、冬休みやお正月など、いつもよりもたくさんの人に会う機会があると思いますので、お子さんの小さい頃の様子などについて話題にさせていただけると幸いです。また、小さい頃の写真やおもちゃ、洋服などがあれば、お子さんに見せていただけると、自分の成長に気付ききっかけになると思います。可能な範囲で結構ですので、ご協力をよろしくお願いいたします。

## ○3学期はじめについて(4時間授業、給食あり)

持ち物:上履き、防災頭巾、筆記用具、連絡袋、道具箱、給食袋、白衣（持ち帰った子のみ）、書き初め封筒(清書3枚、お手本、下敷き)、書き初め鉛筆(筆箱に入れる)、雑巾2枚(ひも付き、記名をして)、国語・算数の用意、通知表の封筒(押印をして)

## 3 年 生

|    |  |     |                               |
|----|--|-----|-------------------------------|
| 国語 | 短歌を楽しもう 漢字の広場<br>三年とうげ わたしの町のよいところ 冬のくらし | 音楽  | 音のスケッチ「雪のおどり」他                |
| 社会 | 事故や事件からまちを守る                             | 図工  | おさかな天国                        |
| 算数 | 小数 重さのたんいとはかり方                           | 体育  | マット運動 ベースボール型ゲーム              |
| 理科 | 音のせいしつ 物の重さ                              | 外国語 | This is for you. What's this? |
| 道徳 | 感動、畏敬の念 国際理解、国際親善 親切、思いやり                | 総合  | すごいぞ!わたしたちのまち                 |

【お知らせとお願い】

○冬休みの宿題

冬休みの宿題は、書き初め（3枚）を予定しています。書き初めの練習用として用紙を3枚配布します。そのうちの一枚を提出してください。

提出する宿題は書き初めですが、タブレット端末のドリルパークを活用して2学期までの復習に取り組んだり、読書をしたりする時間がもてるとよいと思います。また、大掃除、この時期しかできないお手伝いや年末年始のあいさつなど、様々な経験ができるとよいと思います。

○3学期はじめについて(4時間授業、給食有り)

持ち物:筆記用具、上履き、防災頭巾、給食袋、白衣（持ち帰った子のみ）、冬休みの課題(書き初め)、習字セット、書き初めのお手本、雑巾2枚、国語の用意

## 4 年 生

|    |   |     |                   |
|----|---|-----|-------------------|
| 国語 | 未来につなぐ工芸品 工芸品のみりよくを伝えよう<br>友情のかべ新聞 もしものときにそなえよう 冬の楽しみ | 音楽  | 日本と世界の音楽「ソーラン節」他  |
| 社会 | 受けつがれる祭りと人々のねがい まちの発展につくした人                           | 図工  | RUN RUN RUN       |
| 算数 | 分数 変わり方調べ   | 体育  | 走り高跳び マット運動       |
| 理科 | とじこめた空気と水 物の体積と温度 物のあたたまり方                            | 外国語 | What do you want? |
| 道徳 | 希望と勇気、努力と強い意志 公正、公平、社会主義<br>親切、思いやり                   | 総合  | だれもがかかわり合えるように    |

【お知らせとお願い】

○社会科見学について

12月3日(火) 雨天決行

登校 7:15までに集合(リュックサックで登校)

見学場所 ①中央防波堤 ②TOKYOミナトリエ ③浅草寺周辺

下校 16:00頃

※お弁当が必要となりますので、ご準備をお願いいたします。※当日の予定や持ち物の詳細は、しおりをご確認ください。

○冬休みの宿題

冬休みの宿題は、書き初め(3枚)を予定しています。練習用として用紙を3枚配布します。そのうちの一枚を提出してください。

提出する宿題は書き初めですが、タブレット端末のドリルパークを活用して2学期までの復習に取り組んだり、読書をしたりする時間がもてるとよいと思います。また、大掃除、この時期しかできないお手伝いや年末年始のあいさつなど、様々な経験ができるとよいと思います。

○3学期はじめについて(4時間授業、給食有り)

持ち物:筆記用具、上履き、防災頭巾、給食袋、白衣（持ち帰った子のみ）、通知表の封筒(押印をして)、冬休みの課題(書き初め)、習字セット、書き初めのお手本、雑巾2枚、国語の用意

## 5 年 生

|    |   |     |                                    |
|----|---|-----|------------------------------------|
| 国語 | 古典の世界(二) 漢字の広場 冬の朝<br>やなせたかしーアンパンマンの勇氣 あなたは、どう考える | 音楽  | 豊かな表現「冬げしき」「威風堂々」他                 |
| 社会 | 情報を伝える人々とわたしたち<br>くらしと産業を変える情報通信技術                | 図工  | 天までとどけ                             |
| 算数 | 面積の求め方を考えよう                                       | 体育  | ボール運動(ベースボール型ゲーム)<br>マット運動・表現運動    |
| 理科 | 物のとけ方   | 家庭科 | 持続可能な社会へ 物やお金の使い方<br>食べて元気! ご飯とみそ汁 |
| 道徳 | 個性の伸長 相互理解、寛容 公正、公平、社会主義                          | 外国語 | Where is the library.              |
| 総合 | お米の学校   |     |                                    |

【お知らせとお願い】

○冬休みの宿題

- ①書き初めの練習用として用紙を3枚配布します。そのうちの一枚を提出してください。
- ②威風堂々のリコーダー練習:卒業式で演奏します。楽譜を見ないでも吹けるように練習をしましょう。

○3学期はじめについて

持ち物:筆記用具、上履き、防災頭巾、白衣(持ち帰った子のみ)、冬休みの課題(書き初め)、習字セット、書き初めのお手本、雑巾2枚  
時間割予定:始業式、学活、国語、算数

## 6 年 生

|    |   |     |                                     |
|----|---|-----|-------------------------------------|
| 国語 | ぼくのブックウーマン おすすめパンフレットをつくろう<br>冬のおとずれ    | 音楽  | 旋律のひびき合い「カノン」他                      |
| 社会 | 近代国家を目指して 戦争と人々の暮らし                     | 図工  | 中西CM委員会                             |
| 算数 | 比例と反比例 選べ方と組み合わせ方<br>考える力をのばそう 算数で読みとこう | 体育  | ベースボール型ゲーム<br>ゴール型ゲーム               |
| 理科 | 電気と私たちのくらし                              | 家庭科 | まかせてね 今日の食事                         |
| 道徳 | 希望と勇氣・努力と強い意志 国際理解・国際親善<br>公正・公平・社会正義   | 外国語 | Save the animals.<br>My Best Memory |
| 総合 | 自分を見つめて 20XX年                           |     |                                     |

【お知らせとお願い】

○14日キャリア教育出前授業

14日(土)にキャリア教育として、保護者の方を講師に招いて、子供たちにご自身のお仕事の内容や心構えなどをお話いただく授業を予定しています。その日は、展覧会のみでの公開となっておりますが、**6年生のみ2,3時間目の授業公開を行います。**ぜひご参観ください。なお、授業の参観に来られた方は、東昇降口から入り6学年の教室へお越しください。また、その後展覧会のご鑑賞をお考えの方は、恐れ入りますが、一度校庭に出て西昇降口へ向かっていただき、受付を通過してご参観ください。

○冬休みの宿題

書き初めの練習用として用紙を3枚配布します。そのうちの一枚を提出してください。

○3学期はじめについて

持ち物:筆記用具、上履き、防災頭巾、白衣(持ち帰った子のみ)、冬休みの課題(書き初め)、習字セット、書き初めのお手本、雑巾2枚  
時間割予定:始業式、学活、国語、算数

○卒業式の服装について

卒業式は児童にとって緊張する場合があります。当日の服装は、動きにくかったりトイレに行きにくかったりすることのないよう、袴はご遠慮いただき、できるだけ児童の負担の少ない服装でお願いします。

○進学に関わる書類作成について(該当する方)

受験日および受験による欠席を予定している場合、事前に連絡をいただいたものに関しては出席停止扱いとなります。また、急遽後日に日程の変更があった場合も、ご連絡いただければ出席停止の対応が可能となります。「受験に伴う欠席日の報告」は、お手持ちの封筒に入れて個人面談で直接担任にお渡しください。詳細は12月2日に配付される手紙をご覧ください。

また、11月号でもお伝えしましたが、国公立中学への進学をお考えのご家庭で、学校側が作成する報告書や在学証明等が必要な場合は、12月の個人面談で保護者の方が直接担任にお渡しください。進学に関わる大切な書類ですので、本校では、担任と保護者が直接受け渡しをすることにしております。