



自分も相手も大切に

副校長 田中 満理子

今月はふれあい月間です。自分も相手も大切にする、誰に対して思いやりをもって接していきましようという月間です。そこで、とても有名な「3つの脳」のお話をします。

人の脳は3つに分かれている、といわれています。

1つめは、脳の一番内側にある「脳幹」です。食べたり、息を吸ったり、おしっこをしたり、眠ったりするのに使われ、生きていくために必要な「命の脳」です。ヘビやトカゲなどの「は虫類」には、この脳しかありません。そのため「ヘビの脳」と呼ばれています。

2つめは「旧皮質」です。気持ちや感情、心をコントロールする「感情の脳」で、ここが働かないと泣いたり、笑ったり、怒ったり、喜んだりすることができません。犬や猫や牛などの「ほ乳類」までが持っている脳なので、「ネコの脳」と呼ばれています。

3つめは、脳の一番外側にある「新皮質」です。考えたり、ものを覚えたり、話したり、勉強したりするのに使われるので「知恵の脳」、「ヒトの脳」と呼ばれています。

人は、悪口を言われたり、いじめや差別をされたりすると、この3つの脳のうち、ある部分が弱ってしまいます。

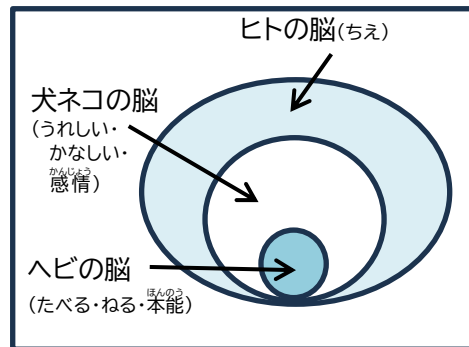
実は、「ヘビの脳」なのです。生きる上でなくてはならない脳ですから、いじめられると、眠れなくなり、食事をしたくなくなり、最後は呼吸すらできなくなってしまう、死に至ることさえあります。悪口を言ったり、いじめをしたりすることは、人の生きる気力を奪ってしまうことなのです。

では、いじめをする側はどうなのでしょう。

人は、悪口を言ったり、他人を攻撃したりすると脳の中に「ノルアドレナリン」という物質が出るそうです。「ノルアドレナリン」は、毒ヘビの次に強い毒ともいわれ、老化を早くしたり、病気になりやすくなったりするなどの影響を及ぼします。反対に、他人に親切にしたり、やさしい言葉をかけたりすると、「エンドルフィン」という物質が出ます。「エンドルフィン」は、痛みを和らげたり、病気を治したりする作用があり、元気で、健康的な生活をもたらします。どんなに隠しても、体は正直で、善い行いも悪い行いも全て自分に返ってくるのです。

いじめは、からかいや「バカ」などといった言葉が、じょじょに激しさを増し「うざい」「死ね」などという言葉に変わっていくといわれます。はじめは何気なかった言動から、いじめが始まっていく可能性があるのです。ですから、いじめは、このような「いじめの芽」の段階から摘み取らねばなりません。

6月・11月・2月は東京都の「ふれあい月間」です。「友達と助け合い、みんなで仲良く生活しよう。いじめは絶対にしない。」ということを確認する月です。学校では一人一人にアンケートを取るとともに、いじめ、不登校などの未然防止や早期発見、早期対応ができるように取り組んでまいります。



危険から身を守る SNSとの付き合い方

生活指導主任 高橋 純子

スマホやタブレットの普及に伴い、小学生の SNSトラブルが急増しています。何気なく投稿した写真の背景や文面から自宅や学校が特定される危険、ネットで知り合った見知らぬ人からの言葉巧みな誘い出しなど、犯罪に巻き込まれるリスクが身近に潜んでいます。

また、文字だけのやり取りによる誤解が原因で、友達同士のいじめに発展するケースも後を絶ちません。

ネットの向こうには大勢の人がいます。一度拡散した写真や情報は完全に消せません。「個人情報を書けない」「自分が言われて嫌な言葉は使わない」「ネットで知り合った人と会わない」という基本をご家庭でも繰り返し伝えてください。

お子様をトラブルから守るためには、大人の見守りが不可欠です。「夜〇時以降はリビングで充電する」といった家庭内ルールの設定や、アプリのフィルタリング制限の活用など、今一度具体的な対策の見直しをお願いいたします。

人権を基盤とした教育・研修プログラムの実施

練馬区立の幼小中学校では、練馬区教育委員会が作成した性暴力等防止プログラムを使って、全教職員が研修を受けることとなっています。

また、5月～6月の期間に、学級活動の時間を使って、1時間の授業を行います。内容は、「自他の心と体を大切にする」「プライベートゾーンに関する知識」などです。高学年は、外部講師の映像による、「性暴力について理解すること」も合わせて視聴します。

授業後には、児童に対してアンケートを実施し、指導内容の検証を行い、今後の指導に活かして参ります。

エアコン設置工事に伴う水泳指導および補充教室の中止について

5月に入り真夏日を記録する日もあるなど、今夏も熱中症への嚴重な警戒が必要な状況です。本校の教室ではすでに冷房を使用しておりますが、空調機器の老朽化が進み、十分な冷房効果が得られない状態となっております。

児童の教育環境改善のため、夏季休業期間を利用して「大型室外機および教室内エアコンの更新および3階教室のエアコン増設工事」を実施することとなりました。工事期間中は、校内全てのエアコンが使用できなくなります。熱中症対策のための更衣室や学習する教室の確保が困難となるため、夏季休業中に実施する「水泳指導」および「補充教室」を、今年度は中止させていただきます。

保護者の皆様にはご心配をおかけいたしますが、児童の安全確保と今後の教育環境向上のための工事であることをご理解ください。

6月の行事予定

| 日 | 曜 | 朝会 集会 | 時程 | 清掃 | 校内行事 | 1年 | 2年 | 3年 | 4年 | 5年 | 6年 |
|-----|---|----------|-----|----|---|----|----|----|----|----|----|
| 6/1 | 月 | 朝 | | ○ | 安全指導 1年月曜5時間授業始 水道キャラバン(4) P56 読書旬間始 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 2 | 火 | 国 | | ○ | 避難訓練 歯みがき巡回指導(6) | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| 3 | 水 | × | 短 | × | 委員会(56)14:05~14:50 ※15:00最終下校 | 4 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| 4 | 木 | 算 | | ○ | 体力テスト(予備日) 1年生木曜5時間授業始 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 5 | 金 | × | 短 | × | 町たんけん(2) P34 腎臓病健診2次2回目回収日 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 6 | 土 | | | | | | | | | | |
| 7 | 日 | | | | | | | | | | |
| 8 | 月 | 朝 | | ○ | ペア交流会(34) 町たんけん(2) P12 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 9 | 火 | 国 | | ○ | ペア交流会(25) 巡回相談 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| 10 | 水 | × | 短 | × | ペア交流会(16) | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 11 | 木 | 算 | | ○ | 防災訓練(5) | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 12 | 金 | 読 | | × | 教育実習終 読書旬間終 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 13 | 土 | × | 短 | × | 学校公開 闇バイト防止教室(56) P3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 14 | 日 | | | | | | | | | | |
| 15 | 月 | 朝 | | ○ | プール開き(朝) | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 16 | 火 | 国 | | ○ | 防災訓練(12) P12 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| 17 | 水 | × | 短 | × | 開校記念日 こころの劇場(6) 練馬文化センター | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 18 | 木 | × | ロング | ○ | たてわり班遊び | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 19 | 金 | 読 | | × | 防災訓練(346) P23 クラブ | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 20 | 土 | | | | | | | | | | |
| 21 | 日 | | | | | | | | | | |
| 22 | 月 | 朝 | | ○ | | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 23 | 火 | 国 | | ○ | 移動教室前日健診(6) ふれあい環境学習(4) 体育館P34 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| 24 | 水 | × | 短 | × | 岩井移動教室①(6) ※旭丘と合同 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 |
| 25 | 木 | 算 | | ○ | 岩井移動教室②(6) | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 26 | 金 | 読 | | ○ | 岩井移動教室③(6) | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 |
| 27 | 土 | | | | | | | | | | |
| 28 | 日 | | | | | | | | | | |
| 29 | 月 | 朝 | | ○ | | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 30 | 火 | 国 | | ○ | 4年生火曜6時間授業始 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 7/1 | 水 | × | 短 | × | 安全指導 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 2 | 木 | × | 短 | × | 避難訓練 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 3 | 金 | 読 | | × | 委員会 | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 |

今月の生活指導目標

室内での過ごし方を
工夫しよう

スクールカウンセラー

来校予定

6月 3日(水) 10日(水)

17日(水) 24日(水)

※来校日用スクールカウンセラー直通番号

TEL 090-7196-9537

朝…朝会 国…国語 算…算数 読…読書 集…集会

※短は短縮時程

※()内の数字は該当学年

※P以下の数字は校時

※クラブ・委員会のある日は、授業は5時間ですが、実質6時間目終了後と同等の下校時刻になります。