



大三小だより

令和8年4月30日
練馬区立大泉第三小学校
校長 高野 正之
No. 702

声のもつ力

校長 高野 正之

新しい年度が始まって1か月が過ぎようとしています。日々の学習や自分の立てた目標に挑戦しようと努力する子供たちの姿は、見ていてほほえましく、こちらも前向きな気持ちになります。5月は新しい環境への緊張や疲れから、体が不調になりやすいと言われています。

アメリカの大学で、10歳前後の児童を対象に行った実験では、ストレスを感じた後に、母親と電話で話した子供は、メールなどの文字でやりとりした子供よりも、ストレスのレベルが低下していたという結果が出ているそうです。

立命館大学教授の小川明子さんは、病院で放送されるホスピタルラジオを通して、声のもつ力について、次のように語っています。

「ラジオの音声は、静寂を避けるとともに、自分は一人ではないという寄り添いの感覚、誰かがそこにいるような『共在感覚』を与えてくれます。

その人にしかない声を通して、かけがえのなさを大切にされたケアが成り立つのだと思います。」

何を言ったかよりも、声そのものが不安の解消に寄与することが証明されています。不安なときに誰かの声を聞くだけで、気持ちが軽くなるのだと思います。小川さんは、続けて述べています。

「まずは『聞くこと』ではないでしょうか。相手の状況に配慮しながら『聞く』だけでも、自分自身が学んだり、助けられたりすることは多いと思います。」

子供たちが多くの声に出会い、安心して生活していくことを願っています。

●5月の生活目標 「健康・安全に気を付けよう」

初夏の爽やかな日もあれば、真夏のような強い日差しや蒸し暑さを感じる日もある5月です。例年、5月くらいから熱中症のニュースが出始めます。食中毒の話題が出始めるのもこの時期です。5月末の体育発表会に向けて、体調管理に気を付けて心身共に万全な状態で過ごしてほしいと思います。

■セーフティ教室

5月7日（木）、石神井警察署の方をお招きして「セーフティ教室」を開催いたします。

1・2年：不審者対応、3・4年：万引き防止、5・6年：薬物乱用防止をテーマに行います。

なお、この日の4校時（11：35～）は北校舎1F多目的室にて、保護者の皆様を対象にした「協議会」も予定しております。お忙しいこととは思いますが、ぜひ、ご参加ください。

■水筒の持参をお勧めします

5月30日（土）の体育発表会に向けて練習が始まります。水道や冷水機の水も飲めますが、この時期は水筒の持参をお勧めします。ふだんの中身は水またはお茶を原則としています。5月11日（月）から5月30日（土）まで体育発表会前の特別時程期間に限っては、スポーツドリンクも認めています。