

いきいきつうしん

2024. 6. 平岡小教育相談
for All ② だより

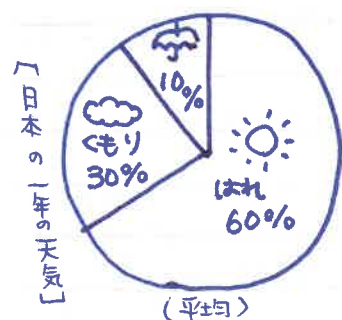
ええせん、不安 No rain, No rainbow

前回の通信を読んで、さっそくユラユラチャレンジしてくださっている、と聞くことがあり、嬉しいです。ありがとうございます。そして、毎日のがんばりを参観でたくさんの人たちに見てもらえる子どもたち。幸せだなあと見守る人でした。がんばった皆さん、おつかれさまでした。そしてお時間を又ってくれた大人の皆さん、子どもががんばれるようマナーも守ってくださってありがとうございました。さて、今日のテーマは「ええせん、不安 (Anxiety is good)」です。

日本のおいしい食材を育ててくれる天気

この瀬戸内。雨がとっても少ないから、昔の人たちの努力でたくさんのため池がつくられています。校区だけでもため池がいくつもありますよね。

さて、コメや野菜を育ててくれる天気。日本の天気は、☀️ 晴れ ☁️ 雨... どれぐらいでしょう。こたえは...

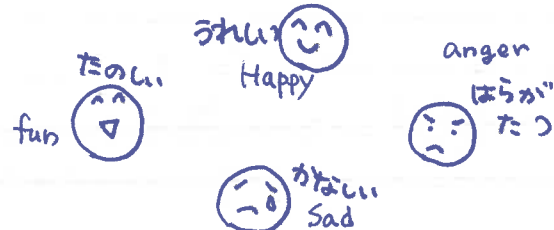


晴れが60%です。天気って「天の気もち」と書きます。天も晴れだけではありません。

5年生の国語では、雨やくもりの日も「くものうらがわがキラキラしている」という話もあります。

ありますが... 晴れた日に葉がぐうんと伸びて、雨の日に根がぐんぐん水を吸っていきけるように伸びていくように...

どちらも大事!! なんです。



不安・こわいの役割

天気みたいに 晴れ やくもり、雨、雪... といういろいろあるように、気持ちもいろいろあります。

は、じの傷をなおす時間 (立ち止まる 充電)

「どうしたらいいか考えよう」と準備できるように...

「よし、やってみよう」と思えるように、準備したり直したりする時間を つくってくれたり、命を守る「ブレーキ」になったりするんですね。あなたを守る「不安」「こわい」の気持ちといえそうです。



友だちや 家族、担任の先生など... 信頼できる人に話すことで「なあんや」とか「スツキリした」と ②のように笑えるのもステキですね。③④⑤のように、体を整えることで「びが」整うこともあります。

「不安、あかん」でがまんしたり やっあたりしたりすると、自分だけでなくまわりの人を傷つけることがあります。

「ええせん、不安」と気づいたら、実はまわりの人がたくさん じ配してくれていた やさしくしてくれていた... ことに気づくかも。そう、今日もここにいる... に感謝です。