

コンパス

Challenge Chance Change

加古川市立

志方東小学校



令和 7 年度

道徳便り 第 4 号

R8.2.24 発行

4・5・6年生 スクールカウンセラーとの「こころの授業」

2月19日(木)に今年度も武藤カウンセラーに授業をしていただきました。「復活を呼び込むセルフトーク」がテーマでした。講話だけでなく、参加体験型の活動も盛り込んでいただきながら楽しく学ぶことができました。以下、授業の内容をお知らせします。

うまくいかないことは必ず起こります。ネガティブ感情は人間にとって必要とはいえ、抱えきれないほどしんどくなるのは困りものです。

ネガティブ感情の沼にはまっている時、まずそれに自分で気づくことが大切になります。そして方向転換して、ちがう道に行くことが復活の力(種)になります(cf 読書・スポーツ等)。
⇒自分にとっての復活の種には何がある?①それをイメージして紙に描きました。

次に独り言(セルフトーク)について考えました。人は一日(4~7万回)もの独り言を言っています。それがもしネガティブトークばかりになると抱えきれません。捨てるなり流すなりしてポジティブ感情に切り替えて行くことが大切になってきます。⇒②「ちょうどよかった」ゲームを通してポジティブトークの練習をしました。これは3~4人グループでカードの言葉(ネガティブな出来事:「仲の良い友だちが欠席だ」)を「ちょうどよかった!」で言葉をつなぎ、ポジティブな思考「cf:今日は友だちを広げられる日だ」のように自分で考えて表現していくゲームでした。学校でよくある出来事をもとにポジティブに切り替えていく練習ができ、子どもたちは活発にグループで言い合いました。

『言葉は思っているより自分を助けてくれます。』

『こころに向き合うスキルは育てることができます。言葉をあつかうスキルを通してこころのHP(ヒットポイント)をあげていきましょう。…』、武藤カウンセラーからそう教えていただきました。



児童のふりかえり

- ちょうどよかったゲームでポジティブに考えることが何よりも大切だっていうことがわかりました。そして、ネガティブの道に迷い込んで、自分でこれがあるから今日も頑張ろうって思ったり、今日は1日目休んどこうって思ったり、できるだけネガティブにならないようにしたいと思います。
- 私は、ネガティブ沼にはまりやすいと思っていたけど、誰にでも「復活する力」があるんだなと思いました。しんどいときは、そのことから頭を違う方向に向かせて復活したいと思いました。ちょうどよかったゲームで、あまり普段考えないことを考えたので楽しかったです。
- ポジティブな独り言は、約4万~7万回だとわかりました。ちょうどよかったゲームでは、一つの成長にもつながるからいいなと思いました。今日の勉強で一番心に残りました。失敗してネガティブな考えマイナスな考えだけでなく、前向きに、失敗しても成功のチャンスということを大切にしたいです。
- 都合が悪い事がおきて、「ちょうどよかった」という言葉で言い換えたりできることがわかりました。自分に不都合なことは何回も一日に起きていると思うので、そのようなときには「ちょうどよかった」で変換できる力を身に着けられるよう頑張りたいです。

1・17集会・防災の話

震災から31回目、1月16日に行った避難訓練・追悼集会・防災の話（市役所防災対策課）やクラスでの事前・事後学習を通しての子どもたちの感想です。

○まず事前学習では、30年以上も前の阪神淡路大震災について学習し、高速道路が崩壊している写真を見て本当に地震は恐ろしいと思った。また、日々の備えが必要ということが改めてわかってきました。地震での死因は、家具の転倒による死亡が多いことも知り、家具の固定も必要だと思いました。三柴さんの地震の話では、地震の発生確率は低くても、起こる可能性があることもわかりました。背負える非常バッグなどを家庭で用意することも知ることができました。

○地震用のリュックには、3日間食べられる食料を入れ、寒くならないように温くなるものも入れたいと思いました。地震のとき避難所にはベッドがないので、自分たちで段ボールを使ってベッドを作るんだとわかりました。避難のときには、家族や地域の人、近所の人などたくさん避難してくるから、自分だけのスペースを大きくとるんじゃなく、みんなにとって平等になるようにスペースを確保したほうが良いとわかりました。この学校では備蓄用品を3階から運ばなければなりません。小学生の高学年や中学校の人も手伝うことで、大人の人たちも嬉しくなると聞きました。その時には、大人の人だけでなく、自分も手伝いたいと思いました。

○ひなんくんれんでは、冷静に判断して行動できました。今日の話で自分の命は自分で守ることの大切さを改めて知りました。災害が起きたときの避難経路について、家族で話し合う機会があまりないから、こういう機会がもっと増えるとよいと思います。

○4年生のときに総合的な学習で地震に関することを学びました。一般的な防災への知識はあると思っていただけで、実際に防災課の方のお話を聞いて、備蓄用品や避難所での暮らしなど知らないことだらけで、とても勉強になりました。6年間やってきたけれど、避難訓練はとても大事ということに毎回気づかされます。もし実際に地震が起きてしまったときは、この避難訓練で学んだことを活かすことができたらいいなと思います。

○緊急地震速報がなってから、すばやく頭を守り、机の下にもぐれました。廊下を渡るときや、3階まで避難するときなどに、おさない・走らない・喋らない・戻らないの「おはしも」を意識できました。三柴さんの話を聞いて、地震はとっても恐ろしいものだ改めて理解できました。避難所にいる人たちに、毎朝体操をしたり、やかんの中に水を入れて手を洗ってもらうようにしたりする小学生がいたと聞いてびっくりしました。自分にできることをしっかり考え、みんなで助け合っていけたらいいなと思います。これから地震が起きた時には、志方東小学校にも避難してくる人たちはたくさんいると思います。トイレや水道の場所を案内するなど自分にできることをしたいです。一人のみんなを助けようとする行動は、とても大事だと感じました。また、神部さんの話から、布団の上に歩けない人をのせて、全部の角を持つと、少しの力でも運べるということを知ったので、覚えておこうと思います。



三柴さん 市役所防災対策課

道徳の授業のとらえかた

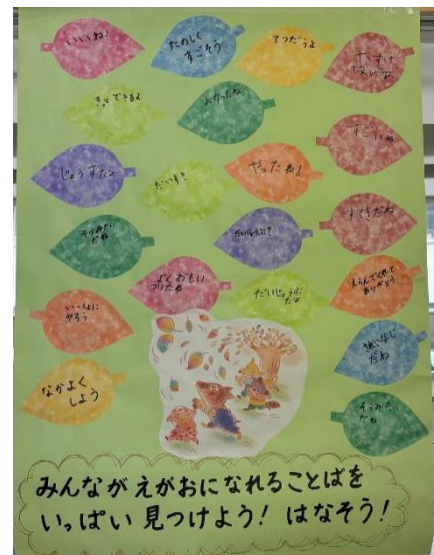
①「友だち」について見つめました

1年「こころのほっぺ」ともだちっていいな【友情】

友達と進んでかかわり、仲良くしようとする心情を育む。

- ・ともだちにはとくにきついことはをいわないようにする。
- ・いっしょうけんめいこえをかけてあそんで、なかよくしようといえています。
- ・たすけあいがいじだとおもいました。えがおでみんないてほしいです。
- ・ともだちになかよくしようといえています。

みんなでみつけた 笑顔になれる言葉を教室に掲示



いっしょにやろう てつだうよ
だいじょうぶだよ よくおもいついたね
きつとできるよ だいすき
なかよくしよう すてきだね …等々

2年 ともだちやもんなほくら【友情】

友達を思うことの大切さに気づき、友達と仲良くし、助け合っていこうという判断力を育てる。

- ・本当の友達は、わるいことをしかってくれるのが友だちなんだとわかりました。
- ・わるいときにしっかりとあやまることが大切だとわかった。
- ・あそんでくれるだけが友達じゃなく助けたりやさしくすることが友だちだとわかりました。
- ・きちんとダメなことはあやまることが友だちだということがわかりました。
- ・友達なのに見ずてることをすることは友だちじゃなく、しっかりあやまる人が本物の友だちだとしりました。



②「ありがとう」や「あいさつ」(礼儀)について見つめました

3・4年 ありがとうの言葉【礼儀】

礼儀の大切さを知り、誰に対しても真心を持って接しようとする態度を育てる。

- ・今日、学校が終わって家に帰ったら、家族に気持ちを込めて「ありがとう」を伝えたいなりました。理由は、気持ちが伝わってなかったかもしれないし、自分を振り返ってあんまり言えてなかったからです。
- ・人にやさしくしたり、挨拶をしてもらったりした人はうれしくなると思いました。これから心を込めてあいさつをしたいです。
- ・これから、自分に何かしてくれたら「ありがとう」という言葉を言いたいです。「ありがとう」という言葉は人を優しくするからです。
- ・ありがとうと言われると、うれしくなるので、これからもありがとうと言いたいです。
- ・挨拶は苦手だけど、たくさんありがとうを伝えたり、挨拶をしたいです。家族や学校の友達にもたくさん伝えていきたいです。

5年 挨拶をすると【礼儀】

相手の立場や気持ちを考えて、礼儀正しく心のこもった接し方をしようとする態度を育てる。

- ・挨拶を心がけたいと思いました。挨拶は人々の気持ちをあたたかくし、(温かい雰囲気)嬉しい気持ちなどにする言葉だからだと思ったからです。
- ・先生に挨拶をされたら返していただく、次から自分からも言いたいです。あと、自分からするときにはたまにしかないから自分から言えるようにします。
- ・今までは、地域全体の人へは、自分から挨拶をする人と挨拶しなかった人がいました。この授業で人と会って挨拶をすることは、人が気持ちよくなってくれることだということがわかったので、これからは、地域の人全体に自分から進んで挨拶していくことを習慣づけたいです。
- ・この話を読んで、知らない人でも自分から挨拶することが大切だと知りました。もし相手に言われたら自分も声をかけないといけなくなってしまったので、これからの生活でも頑張ります。

3 学期の朝会から

「もっとも尊い幸せはあたえる幸せ」

1月の朝会では、「しあわせについて」のテーマで話をしました。2学期末に実施した児童会フェスをとりあげ写真で振り返りつつ、ユニット交流で来た「ゆき保育園児」のためにやさしくかわっていた児童の姿や事後の子どもたちの感想を紹介しながら、幸せについて考えました。

子どもたちは、お店コーナーをひらき、楽しい催しを繰り広げていきました。園児のために、お店に来る地域の人・みんな・先生のために…。「誰かのために」する、人を喜ばせること、楽しませることが「楽しい！」そんな「あたえる幸せ」でやり甲斐を感じられたことこそ、もっとも尊い幸せではないかな…。日々の小さな行動の中でも「あたえる幸せ」を感じられる例も紹介しながら、「してもらえる」ではない「幸せ」にふれました。

「小さい勇気をこそ」

今の学年もあと2か月、残り少なくなってきた2月の朝会では、有名な教育者である東井義雄さんの「小さいゆうきをこそ」の詩をもとに話をしました。「しあげ」と「じゅんび」の3学期、「めんどくさい…、だるい…、しんどい…」つつい楽な方に流されがちになる弱い心に打ち勝つ「小さいゆうき」を大切に、よい締めくくりに向かって取り組んでいくことを伝えました。

…もう5分くらい寝ていたっていいじゃないか
けさは寒いんだよ
あたたかい寝床の中にひそみこんで
わたしにささやきかける小さい悪魔を
すぐにやっつけてしまえるくらいの
小さい勇気こそほしい…

…紙くずがおちているのを見つけたときは
気がつかなかったというふりをして
さっさといっちなえよ
かぜひきの鼻紙かもしれないよ
不潔じゃないか と呼びかける小さい悪魔を
すぐやっつけてしまえるくらいの
小さい勇気こそ わたしは ほしい …

