

柏小っ子の せいかつだより



柏崎市立柏崎小学校 生活指導だより R4. 8. 26 (金)

学校に元気な子どもたちの笑顔がそろいました。熱中症や感染症、交通事故等に気を付けながら長い休みを過ごしたことと思います。人は、休む時にしっかり（ひと月程度）休み満足感を持つことで、そろそろ学校や仕事に行きたくなるのだそうです。中途半端に休むと休み疲れが残り、後に引きずってしまうことにもなります。夏休み明け、子どもたちの新鮮な気持ちを大事にしながら、生活リズムを戻し、楽しく充実した学校生活にしていきましょう。

シーズン3 (8/26~10/7) 「夏-秋 たかめあい」 きづき・かんがえ・じっこうしよう

具体的な行動目標

「仲間と協力して活動する」
「JRC 活動を充実させる」
「清掃に積極的に取り組む」



シーズン3は、学校生活の中で「たかめあい」を意識して教育活動を進めていきます。ポイントは、「きづき・かんがえ・じっこうしよう」。これは、児童会が参加している JRC の精神でもあります。具体的には「協力する姿」「自分から行動する姿」を目指します。進んで行動したとき、だれもがいい気持ちになります。そして、周りの人たちの賞賛などによって、その気持ちは倍増し次の行動へのやる気に繋がります。学校では、良いと思ったことに進んで取り組んだり互いの良さを認め合ったりする気持ちを育むために、個人や学級、学年等で考え実践する場をもちます。

皆さんの御家庭では、どんなことができるでしょうか。お子さんの好きなことは？得意なことは？やる気スイッチが入るポイントは？それぞれ個性があって一人一人異なります。「ぼくもやりたい！」「わたしにやらせて。」と言った時は、大チャンスです。褒めることも大事にしましょう。



生活のリズムを戻しましょう

夏休み中は、メディアを夜遅くまで利用したりした子も多かったのではないのでしょうか。
マスターライフ強調週間を実施します。(9/1 (木) ~9/7 (水))

まず、早目の就寝を心がけましょう。朝の目覚め、食欲など健康面、生活面で心配なことはありませんか？困っていることや気になることなどがありましたら、遠慮せず担任や養護教諭にご相談ください。



スクールカウンセラーの面談を希望される方も、担任や生活指導担当にご相談ください。
スクールカウンセラー来校日(2か月分)

9月 6日(火)・22日(木)

10月 6日(木)・13日(木)

地域みなさんに さわやかなあいさつを！

今年度も地域で多くの方々から登下校や放課後の子どもたちの遊び方や自転車乗りの様子などの見守りをいただいております。学校では、友達や家族だけでなく、地域の方、見守り隊の方にも「感謝の気持ちを、あいさつで伝えよう」と話しています。

また、夏休み期間を利用して子どもたちに「柏小あいさつ標語」作りにも取り組んでもらいました。作品募集中です。地域でさわやかなあいさつが響くよう、今後も様々な取組を行っていきます。

～夏休み明けのお子さんの様子、いつもより丁寧に見ていきましょう～

新潟県教育委員会発行「相談窓口の紹介」より

夏休み明け前後は、人によっては気持ちの落ち込みが大きくなり、登校や対人不安から、不登校や自分を傷つける行為、引きこもり等が現れることがあります。

「おや、変だな」と感じたら、

○子どもの話をじっくりと共感的に聞きましょう。

○学校や相談機関に相談しましょう。大人も子どもも一人で抱え込まないでください。

●こんな変化はありませんか？ (家庭での20のチェックポイント)



チェックしてみましょう

- これまで関心のあったことに対する興味がなくなった。
- 物事に集中できなくなった。
- 成績が急に落ちた。
- 簡単にできていたことができなくなった。
- 不安やイライラが増えて落ち着きがなくなった。
- やる気がなくなったり、投げやりな態度が目立つようになったりした。
- 元気がなく、ぼんやりしていることが多くなった。
- 不自然なほど明るく振る舞ったり、気をつかったりするようになった。
- 自分を傷つける行為を行うようになった。
- 不眠、食欲不振、過食、体重減少、だるさなどの体の不調が続いている。
- 朝、起きられなくなったり、学校に行きたくなくなったりした。
- 友達との付き合いを避けたり、一人でいたりすることが多くなった。
- 外出をしなくなったり、引きこもりがちになったりした。
- 無断外出したり、帰宅が遅くなったりするようになった。
- 他人や動物をいじめるようになった。
- 事故につながる行動をたびたび起こすようになった。
- 突然悲しくなって涙が出たり、声を出したりすることが多くなった。
- 長い間会っていなかった人に、突然会いに行ったり電話をかけたりした。
- 大切にしていたものを、人にあげたり処分したりした。
- 「死にたい」などの言葉を、書いたり口に出したりすることが多くなった。