

# 教室だより

佐渡市立金井小学校  
佐渡ことば・こころの教室  
平成28年9月16日  
第826号

〒952-1209 佐渡市千種丙 178 番地 1  
TEL: 0259 (63) 4156 (直) 4115 (代) FAX: 4117  
<http://kanai-es.sado.ed.jp> E-mail: kanai-es@sado.ed.jp



じつは海に潜ることが大の苦手…しかしこの夏友人の誘いで小木の海に入ってみました。するとそこにはこれまで見たことのないきれいな景色が広がっていて、海が大好きになりました。新しいことにチャレンジするのは勇気が必要ですが、自分のほんの少しの勇気と周囲の後押しが、できることや好きなことを増やすきっかけになるのかもしれないね。

## 笑顔も運も伝染する？

金井中学校長  
渡部 栄二

「鏡にうつる我が姿、つんとすませば向こうもすます、にらみつけばにらみてかえす、兎角浮世は鏡の影よ、泣くも笑うも己れ次第」観光地にあった一節です。

笑顔が伝染する現象は、一般にも知られてきました。笑顔で対すると、相手も笑顔になります。上記の一節は、科学的にも正しかったのです。最近「好調な人の運も伝染する」という知見が脳科学で発表されています。野球で、好調な選手がいるチームは、仲間の平均安打率も上昇したそうです。「流れに乗る」という状態は、仲間の表情や動きが伝染するためだという結論です。

気分は、表情や動きに左右されます。そしてその表情が仲間の雰囲気を変え、運まで呼び込みます。子どもと接する私たちは、幸せな気分や運を、子どもたちに伝染させましょう。子どもの表情は自分の鏡なのですから。



## やる気スイッチ

長距離走が苦手なAさんは、マラソンコースを走ろうとさえしませんでした。ですが「あの電柱」「次はあの電柱」と身近な目標を繰り返すことで、ほとんどの距離を走ることができました。体を動かすうちに「やる気」のスイッチが入ったようでした。

丁寧な仕事や集中することが苦手なBさんは、掃除の雑巾掛けでもふざけがちで、真っ直ぐに拭くことができませんでした。「斜めに拭こうが埃は拭けている」と拭けたことを褒め、私も一緒に雑巾掛け競争をしたところ、「真っ直ぐ拭く」「お尻を上げて拭く」姿が見られ始め、掃除終了までに10往復近く拭くことができました。体を動かすうちに「やる気」のスイッチが入ったようでした。

脳研究をしている東京大学薬学部の池谷裕二教授は、やる気を引き出す四つのスイッチの一つに「体を動かす」ことを挙げています(残り三つは割愛します)。「面倒な仕事でもやり始めたら意外と進められた」という経験をされた方も多いと思いますが、体を動かすうちにやる気スイッチは入るのです。「課題を小分けにする」「評価の基準を下げる」等、子どもたちが動き出しやすくする工夫をした方が、「やる気を出せ」と言うよりも効果はあるようです。(中村)

# 親の会・お知らせコーナー



## 第1回なかよしチャレンジを行いました

7月20日（水）に、第1回なかよしチャレンジを行いました。今回は、金井小学校を会場に約30名の方が参加しました。子どもたちは四つのグループに分かれ、魚釣りゲーム、カーリンコン、まきまきゲームを楽しみました。活動する中で、友達同士で協力したりコミュニケーションを取ったりしていました。成功してハイタッチをする姿、負けて悔しくても相手チームに祝福の拍手を送る姿など、子どもたちの温かい気持ちがたくさん見られました。最後には、全員で「まーいっかジャンケン」を行いました。負けても「まーいっか！」と気持ちを切り替えて楽しむことができました。

ボランティアをしてくださった伝統文化と環境福祉の専門学校の皆様、本当にありがとうございました。

## なかよしチャレンジ 参会者の感想

- 初めて会う友達に怖じ気づいたのか「もう帰りたい。」と言っていた我が子ですが、遊び進めるうちに笑い声や笑顔が見られ嬉しく思いました。
- 子どもたちがとても楽しそうにしている、見ている私もとても楽しい時間を過ごすことができました。子どもたちの表情がとてもよかったのが、印象的でした。
- 今日のジャンケンゲームで「まあいっか」という言葉は、自分の心にストレスをあたえない、自分の心をコントロールする言葉だと思いました。



## 会員の声 No.66

### 一歩ずつ

保育園の頃は、座って話を聞くことも、ひらがなを読むことも書くことも苦手で、すぐにやめてしまいでどこかへ行ってしまうという、ちょっと困った行動をしていました。私も本当に小学校で授業を受けられるだろうかと心配しました。

しかし、入学してみると先生たちや周りの子どもたちからの刺激を受けてか、座って授業を受けることができましたのです。本当に驚かされました。そして1学期が終わる頃には、嫌がらずにひらがなを読み書きするようになりました。周りの方々の温かな心使いが成長に繋がったのだと感じました。本当にありがとうございました。まだできないことは多くありますが、一歩ずつ成長していく姿を楽しみながら眺めていきたいと思えます。

## 第2回学習会の御案内

日時：11月20日（日）  
13:00～15:00  
講師：碓井 真史（うすいまふみ）様  
（新潟青陵大学 教授）  
演題「幸せの心理学」  
～子どもたちの心の  
問題解決に向かって～

詳しい案内・申込書は後日お配りします。