

心豊かな子ども 学びを深める子ども 健康な子ども 「今日が楽しく明日が待たれる瑞光小」

瑞光だより 10月号

荒川区立瑞光小学校 校長 小坂 裕紀

すべてのものは二度つくられる

校長 小坂 裕紀

先月号でお伝えした「ゴールを決めてから始める。」終わりを思い描くことから始める習慣は、少しは意識できましたでしょうか？はじめは誰もが意識をし続けないと習慣にはなりません。今月号は、第二の習慣の考え方について紹介します。

すべてのものは二度つくられる

すべてのものは、まず頭の中で創造され、次に実際にかたちあるものとして創造されます。

第一の創造は、知的創造、そして第二の創造は、物的創造です。

この原則は、私たちの様々な場面で働いておきます。例えば旅行に出るときには、行先を決めて最適なルートを計画する。庭をつくるなら、植物をどのように配置するか頭の中で想像を巡らすだろうし、紙にスケッチする人もいます。スピーチをするなら、事前に原稿を書く。服をつくるときには、針に糸を通す前にデザインは決まっているはずです。

私たちは日常生活において、つい第二の創造に目がいきますが、第一の創造にも責任を果たすことによって、私たちは影響の輪の中で行動し、影響の輪を広げていくことができるのです。逆に頭の中で思い描く第一の創造を怠ったなら、影響の輪は縮んでいくのです。

※「影響の輪」…自分でコントロールできる領域。

「関心の輪」…自分でコントロールできない領域。(7月号参照)



描くか委ねるか

この原則は、常に意識的に行われているわけではありません。日々の生活の中で自覚を育て責任をもって第一の創造を行えるようにならなければ、自分の人生を影響の輪の外にある状況や他の人たちに委ねてしまうこととなります。家族や同僚から押し付けられる脚本通りに生き、他者の思惑に従い、幼い頃に教え込まれた価値観、あるいは訓練や条件付けによってできあがった脚本を演じるという、周りのプレッシャーに反応する生き方になってしまいかねません。

人にある自覚・想像・良心という能力を働かせて、第一の創造を自分の人生を自分の手で描くこと。そうすると自分の人生の脚本を自分で書くことができるのです。

言い換えれば、第一の習慣（自分で考えて行動する。自分に責任をもつ。）が言っているのは、「あなたは創造主」であり、第二の習慣（ゴールを決めてから始める）は、「第一の創造をする」習慣なのです。

10月のLinM 「何が大切か考える」(第2の習慣)



ミッション・ステートメント(自分の人生の設計図)

今の時点で考えられる、自分のゴールや目的を考えてみてください。

- | | |
|----------------------|--------------------------|
| 1 どんな人生を送りたいですか？ | 2 憧れている人はいますか？ |
| 3 どんな人になりたいですか？ | 4 どんなことをしているときが一番楽しいですか？ |
| 5 どんなことが好きですか？ | 6 どんなことが得意ですか？ |
| 7 将来どんな仕事に就きたいですか？ | 8 何か夢や目標はありますか？ |
| 9 何か大切にしていることはありますか？ | |

すぐに答えが出た内容、なかなか答えが出なかった内容があったと思います。考えられなかった内容は、普段考えていない(意識していない)ことです。未来のことだからわからないと思うかもしれませんが、でも未来をつくることはできます。普段から自分のゴールをイメージすること。大切です。

令和4年度 10月の行事予定

授業日数20日 給食日数19日		寺子屋	クラブ	委員会	S C
日	曜				
1	土	都民の日			
2	日				
3	月	【朝(高)】 視力検査(6) 係児童打ち合わせ①	○		★
4	火	【基(国)(低)】 視力検査(4) 全員面接(4)	○		★
5	水	【基(国)(高)】※特別時程 視力検査(5) 全学年4h 5h(5-2)	×		
6	木	【体+1h】 視力検査(3)	○		
7	金	【基(算)(低)】 視力検査(2)	○		
8	土				
9	日				
10	月	スポーツの日			
11	火	【体+1h】 視力検査(1) 係児童打ち合わせ②	○		★
12	水	【基(算)(高)】※特別時程 地区別連合運動会(6) 短縮(2~5)	×		
13	木	【体+1h(予備)】※特別時程 地区別連合運動会(6)予備日 短縮(2~5)	×		
14	金	運動会前日準備 短縮(4)	○		
15	土	運動会	×		
16	日	運動会予備日(16日が雨天時、運動会または授業)			
17	月	振替休業日			
18	火	【朝(中)】 避難訓練 委員会 卒業アルバム委員会撮影(6)	○	○	★
19	水	【心】 学校公開週間始	○		
20	木	【基(国)】 なかよし班活動(2・4) 親子スマホ教室(6)	○		
21	金	【基(算)】 短縮(1・4~6) セーフティ教室(3・4)	×		
22	土				
23	日				
24	月	【安】 クラブ アクロスあらかわ体験(4)	○	○	★
25	火	【児(給食委員会)】 学校公開週間終	○		★
26	水	【読】 2年1組以外4h	×		
27	木	【心】※特別時程 全学年4h 欠席者歯科健診 就学時健診	×		
28	金	なかよし班活動(3・5) 卒業アルバム写真撮影	○		
29	土				
30	日				
31	月	【朝(低)】	○		★

～月行事予定の見方～

【朝】 全校朝会 【児】 児童集会
 【読】 読書 【基】 基礎基本の時間
 【オ】 オリパラの時間 【安】 安全指導の時間
 【心】 心のじかん 【体】 体育朝会
 寺子屋 放課後の「あらかわ寺子屋」に参加できる日
 S C 今井奈津子先生の勤務日 ☆印
 高田久美子先生の勤務日 ★印

★ 10月の主な予定等 ★

※発行日時点での予定です。変更される可能性があります。

★地区別連合運動会(6年)

12日(水)に瑞光小、第二瑞光小、第三瑞光小、汐入小、汐入東小、第六瑞光小の6年生が、第六瑞光小学校を会場として、地区別連合運動会を行います。

※予備日13日

地区別連合運動会開催にあたり、全学年、両日とも特別時程の4時間授業(給食あり)となります。

★135周年記念運動会



15日(土)に、135周年記念運動会を行います。【お弁当持参】

【低学年の部】1~3年生 8:50~

【高学年の部】4~6年生 12:30~

※入場開始は、各20分前となります。

※予備日16日(日)

【15日が雨天の場合】

学校は休みです。

16日は、天候に関係なく登校日(晴:運動会、雨:全学年5時間授業)になります。(給食なし。お弁当持参。)

※17日(月)は、運動会の実施や天候に関係なく、学校は休み(振替休業日)です。

詳細は、9月16日(金)にスクリレで配信した「運動会のお知らせ」をご覧ください。

★学校公開週間

19日(水)から25日(火)までの一週間、学校公開を行います。詳細は、スクリレ及び学校ホームページでお知らせいたします。

★親子スマホ教室(6年)

20日(木)に、外部講師を招いて、保護者の方も一緒に、スマートフォンの安全な使い方について学習します。



★セーフティ教室(3・4年)

21日(金)に、南千住警察署の方から、「万引き防止」について指導していただきます。



★卒業アルバム写真撮影(6年)

18日(金)に委員会の写真を、28日(金)に個人と学年の写真を撮影します。



引き渡し訓練

9月1日(木) 生活指導担当 上村 健太

9月1日、防災の日。今年度も、大きな災害が起きたことを想定し、引き渡し訓練を実施しました。当日は、多くの保護者の皆様にご参加いただき、ありがとうございました。夏休み明け初日の実施でしたが、児童は静かに放送を聞いて、すばやく身を守る行動をとる姿が見られました。

また、今回の引き渡し訓練では、保護者の方と一緒に新しい通学路の確認を行いました。今後も児童の登下校が、より安全になることを目指し、見守っていきます。ご家庭でも、改めてお子様とご自身の通学路が安全であるかお話していただきますよう、よろしくお祈りします。



生活リズム講話

9月10日(土) 第1学年 千葉 優子

土曜授業日の1校時に4年生、3校時に1年生が、Google Classroomを利用して瀬川記念小児神経学クリニック理事長の星野恭子先生による「生活リズムについての講話」をオンライン授業で実施しました。真剣に話を聞き、日々の生活について振り返ることができたかと思います。ご家庭からも「早く寝て、生活リズムを整えていきたい」という感想を頂きました。



朝日を浴びて、規則正しい生活をし、きちんとした姿勢をとる、適度な運動をする。そして、夜は時間を決めて早く寝ることの良さについて学びました。エネルギーに満ち溢れ、子ども達が本来持つ力を100%、またはそれ以上発揮することができるように、引き続きご家庭と連携を図り、生活リズムを整えていける環境を学校でも作っていきます。

プール納め

9月13日(火) 水泳担当 茂手木 謙

6月14日から始まった水泳指導が、大きな事故等なく無事終わりました。子供たちは、検定で受かりたい級を決めたことで、ゴールを意識して日々の水泳に取り組んでいました。多くの児童が目標を達成し、満足そうに認定証を受け取る姿が見られました。認定証は各学級で26日(月)に配付しましたので、ご確認いただき、子供たちと水泳で頑張ったことについてお話してください。



保護者の皆様には、スクリレでプールの出欠確認や、水泳道具の準備などにご協力をいただきありがとうございました。

箏教室

9月20日(火)・21日(水) 音楽専科 染谷 美由紀

4年生の初めてののおこと教室を2日間行いました。授業の中で爪のはめ方や座り方を学び、今回はプロの箏奏者、桜木一公先生と吉原佐知子先生に奏法をご指導いただきました。1日目は箏の基本奏法を教えていただき、「さくらさくら」の旋律を全員で演奏しました。2日目は、基本奏法に加え、さらに押し手、搔き爪、ピチカート、グリッサンドなどの奏法を教えていただきました。そして、学んだ奏法を使って友達と即興で作品をつくり、発表しました。13の糸が多彩な音色で奏でられ、とてもすてきな時間を過ごしました。



清里移動教室

9月20日(火)～22日(木) 第5学年 渡辺 敦子

2泊3日で、清里移動教室にでかけてきました。5年生の児童にとっては、初めての宿泊行事でした。

1日目、自分たちでほうとうを作りました。調理実習経験も少なく、包丁をにぎるととてもドキドキした様子で、慎重に調理を行っていました。麺作りも自分たちで行い、粉から麺になるまでの行程を知り、とても驚いていました。出来上がったほうとうの味はとてもおいしく、たくさんおかわりをしていました。夜は室内レクリエーションで楽しい時間を過ごしました。

2日目、飯盛山の登山を行いました。木々の生い茂る険しい山道を、全員で隊列を作り、励ましながら登りました。途中水たまりがあったり、大きな木が倒れている場所があったりしましたが、みんなで声を掛け合いながら難所を登り切りました。頂上からの景色はとても美しく、この日は雲が下に見え、雲海を眺めることもできました。滝沢牧場でバードコールを作ったり、夜には宿でキャンプファイヤーをしたりしました。

3日目、最終日はぶどうがりにでかけました。ぶどう1房がとても重く、落とさないように注意しながら木からもぎ取りました。良いお土産になりました。

清里移動教室に向けて、9月初日から児童は、係の仕事に大忙しでした。この2泊3日で自分の役目をしっかり果たすことができ、とても成長した5年生の姿に、高学年としての頼もしさを感じました。

