



寄り添い 伸ばす

荒川区立原中学校

# 学校だより

7月号②

令和7年7月18日

荒川区立原中学校

校長 村松 弘一

## 『逆境を乗り越える力』、子供のレジリエンスを育むためには…

校長 村松 弘一

**レジリエンス**とは、困難な状況やストレス、逆境に直面した際、それに適応し、回復し、さらに成長していく力のことです。子供たちが生きていく上で、レジリエンスは非常に重要なスキルとなります。



### なぜ、子供にレジリエンスが必要なのか？

子供は成長の過程で、様々な挑戦や失敗、人間関係の悩みに直面します。

例えば、●新しい環境への適応(入学、クラス替え、転校、進学等) ●学習における困難や挫折 ●友達とのけんかや人間関係 ●病気や怪我 ●災害や予期せず出来事 ……

これらの困難にぶつかった時、レジリエンスが高い子供は、落ち込んでも立ち直り、問題解決に向けて取り組むことができます。レジリエンスが低いと、必要以上に自分を責めたり、無力感に苛(さいな)まれたり、問題を避けようとする傾向があります。

### レジリエンスが高い子供の特徴

- ◎ **問題解決能力が高い**: 困難な状況に直面しても、具体的な解決策を考えようとする
- ◎ **感情のコントロールができる**: 自分の感情を認識し、適切に表現したり、対処できる
- ◎ **自己肯定感が高い**: 「自分にはできる」という自信をもち、失敗しても自分を責め過ぎない
- ◎ **楽観的である**: ポジティブな側面を見付け、未来に希望をもつことができる
- ◎ **助けを求めることができる**: 困ったときに、信頼できる大人や友人に頼ることができる
- ◎ **人とのつながりを大切にする**: 周囲の人々との良好な人間関係を築き、サポートを得ることができる

子供のレジリエンスは、生まれつきのもものではありません。家庭や学校、地域社会での経験を通じて育まれていくものです。教員や親が、子供のレジリエンスを育むためにできることは、たくさんあります。

**1 安全で安心できる環境を作る**: 子供が安心して失敗し、挑戦できる場所を提供することが最も重要。無条件の愛情とサポートを示しましょう。 **2 感情を受け止める**: 子供が怒り、悲しみ、不安などの感情を表現したときに、それを否定せず、「そう感じているんだね」と共感的に受け止める。感情を言葉にすることで、感情の整理ができるようになります。 **3 自分で解決する機会を与える**: 小さな問題であれば、すぐに手助けをするのではなく、子供自身にどうすれば解決できるか考えさせる。必要があればヒントを与え、最終的には自分で乗り越えられた経験が自信につながる。 **4 挑戦と失敗を奨励する**: 失敗は成長の糧であることを伝える。「間違えても大丈夫!」「次はどうしたらいいか考えてみよう」といった前向きな言葉掛けが大切。 **5 成功体験を積みせる**: 小さなことでも「できた!」という喜びを経験させることで自己肯定感を高める。 **6 ポジティブな言葉かけをする**: 子供の強みや良い点に焦点を当て、「よくがんばっているね」「あなたのよいところは〇〇だね」など、具体的な褒め言葉を使う。 **7 良い手本を示す**: 教員や親が困難に直面した際に、どのように対処し、乗り越えるかを見せることで子供は学びます。

日々の関わりの中で、子供たちの心の強さを育てていきたいものです。成長著しい1学期でした。

## 6/30 「3年・薬物乱用防止教室」

今年も薬剤師の吉村富子先生を講師としてお招きし、3年生を対象に「薬物乱用防止教室」が行われました。違法薬物だけでなく、一般に販売されている薬でも用法用量を守らないと「乱用」になるという話が、生徒の皆さんには印象的だったようです。生徒の感想の一部を紹介します。  
 ○もし自分が使ったら、親が悲しむので自分は絶対に使いたくないです。  
 ○違法薬物をやめられないのは意志が弱いからだと思っていたが、薬の依存性がとても強いからやめられないと知って驚いた。



## 7/2 「給食試食会」

7月2日に「給食試食会」を開催し、21名の保護者の皆様にご参加いただきました。アンケート結果の一部をご紹介します。

【学校給食に望むこと】栄養バランス・おいしさ・安全な食材など。

【感想】○衛生的に徹底管理されている。○栄養面やバランスを考慮し献立を作成していることを知った。○子供たちの食べる時間をもう少し確保できたら良いのではないかな。○おなか一杯、心もいっぱい。○調理現場の機械のお話が聞けて良かった。○荒川区が食に関して力を入れていることを知った。○毎日ホームページを見えています！



いろいろ温かいお声をいただき、より一層おいしく、安全で衛生的な給食を提供していくよう精進していきます。お暑い中を、御参加いただきありがとうございました。

## 7/2~7/4 「2年・下田移動教室」

「人と人との繋がりを大切に、規律を守って集団の中での連帯感や責任感を育もう」のローガンのもと、2年生は2泊3日で「下田移動教室」に行ってきました。1日目は、伊豆高原旅の駅ぐらんぱるぽーとでバーベキューを堪能し、伊豆シャボテン動物公園では動物たちとの触れ合いを楽しみました。2日目の午前、外浦海岸でシーカヤック・ビーチクリーン・サンドアートを体験しました。午後は、クラスごとに龍宮窟・サンドスキー・河津七滝をバスで巡りました。3日目は、宿舎の皆様に感謝の気持ちを伝えた後、箱根に行きました。芦ノ湖で海賊船クルーズを満喫して、大涌谷を見学しました。

アクティブな3日間で、体も心も逞しく成長した2年生。下田移動教室での体験を、今後の学校生活に生かしていきましょう！



## 7/8 「セーフティ教室」

尾久警察署の署員の皆様の御協力のもと、「セーフティ教室」を実施しました。第1部は、署員の方が不審者に扮しての迫真の演技による不審者対応訓練を行いました。110番通報後、安全を確認し、体育館に二次避難をしました。第2部では、署員の方による防犯教室を行いました。代表生徒の感想を紹介します。

○「不審者」が教室の前に来た時、とても怖くて、本当に不審者だったらもっともっと怖いのだろうな、と思いました。これからは訓練の時も、緊張感をもって取り組もうと改めて感じました。

第3部は、地域班の確認です。9月1日(月)の総合防災訓練では、直下型地震を想定し、地域班別集団下校を実施します。



## 9月行事予定

日	曜	行事	時程
1	月	始業式 集団下校訓練 連体選手発表	3
2	火	給食始 各種委員会	B6
3	水	校内研修会(研究授業3年) 寺子屋	4
4	木	中央委員会 寺子屋	
5	金	領域診断テスト(3) 連体練習	
6	土		
7	日		
8	月	全校朝礼 安全指導 連体事前検診	
9	火		
10	水	荒教研 寺子屋	B4
11	木	連体練習 寺子屋	
12	金	生徒会役員選挙	B6
13	土	オープンスクール(給食あり) 学校説明会 小学生部活動体験	4
14	日		
15	月	敬老の日	
16	火	連体練習 寺子屋	
17	水	職員会議 寺子屋	5
18	木	寺子屋	
19	金	貧血検査(1) 水泳指導終 寺子屋	
20	土		
21	日		
22	月	中間考査(給食あり) 連体練習	
23	火	秋分の日	
24	水	連体壮行会・前日準備	B6
25	木	区連合体育大会(江戸川区陸上競技場)	
26	金	がん教育(1) 英検	
27	土		
28	日		
29	月	全校朝礼	
30	火		

◎ホームページに、学校だよりを掲載しています。ぜひご覧ください。