

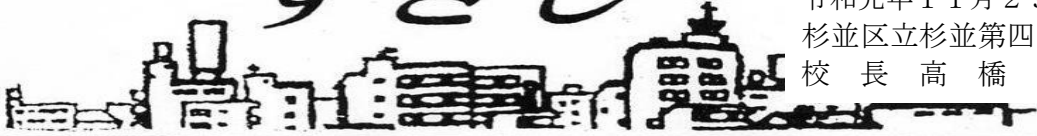
# すぎし

令和元年度12月号

令和元年11月29日

杉並区立杉並第四小学校

校長 高橋 浩平



## お子さんをほめていますか

高橋 浩平

12月になり、令和元年も残り1か月を切りました。季節は冬に入ってきましたね。

杉四小最後の学習発表会が11月8・9日に行われました。多くのご参観ありがとうございました。また11月10日の創立95周年記念集会、記念祝賀会も無事に終わりました。多くの皆さんとともに95周年を祝うことができよかったです。杉四小として最後のイベントが次々に終わっていきますね。

さて、今回は「ほめる」ということについて考えたいと思います。最近の脳生理学の見地では、「ほめる」ことで脳のパフォーマンスがあがると言われています。「ほめられる」ことで脳の中でドーパミンが分泌され、それが快の感情になっていくそうです。脳卒中の患者さんのリハビリでほめることを導入したら、その効果はほめない時に比べて1.8倍になった、という研究データもあります。

では日常的に保護者の皆さんはお子さんをほめていますか？「はやくお風呂に入りなさい」「はやくごはんを食べなさい」「もう、何やってるの！」「急ぎなさい！」「宿題はしたの？」「ぐずぐずしない」等々…、振り返ってみるとお小言ばかり…そんなことはありませんか。

実は「ほめる」ことはそんなに簡単なことではありません。「ほめてと言われても、ほめるところがない…」という話もよく聞きます。「100点とってよかったね」と結果をほめるより「がんばって勉強した甲斐があったね」と過程をほめる方が効果がある、とも言われています。ほめ方も学習しないといけません。「いいね」だけではなく、いろいろな言い方、表現をもっている方がいいようです。例えば「グッド！」「すごい！」「すばらしい！」「やるね！」「ナイス！」「エクセレント！」「グレート！」…などなど。

先生方にも「注意するだけでなくほめることもしないとね」と話していますが、先生方にほめられるのと、おうちの人にほめられるのでは、やはりおうちの人にほめられる方が効果は上がるようです。

とはいえ、怒ることもあるでしょう。ポイントは「バランス」なんだと思います。「怒られること」と「ほめられること」のバランスがある程度とれていれば、あるいは「ほめられる」方が多ければ脳に対してはプラスの効果になると言われています。

まず、お子さんをほめてみましょう。これも「かしこい人になる」ための一つの手段ではないか、と感じています。

杉四小としてのラストイヤー、残り日数が4ヶ月あまり、一日一日を大切に、教育活動を進めていきたいと思っています。どうぞよろしくお願ひします。

### インクルーシブ教育公開報告会

10月にご案内を配布しましたが、まだ申込みを受け付けています。保護者の方は電話や連絡帳などの方法でも受け付けます。12月26日13:30~16:00に高円寺中学校で行います。どうぞご参加ください。

## すぎしカレンダー 12月

12月	朝会・集会	行事	給食献立表
1	日		
2	月 全校	安全指導・安全点検 委員会⑧ 短縄週間始 歳末たすけ合い運動	麦ごはん ぶりの照り焼き みみ汁 白菜のおひたし
3	火 おはスタ	避難訓練 保護者会(5・6)	手作りカレーパン ひじきスープ みかん
4	水	理科プラネタリウム出前授業(6)	ゆかりごはん 鹿児島さつま揚げ 野菜の煮物 もやしと小松菜のからししょうゆ
5	木 児童集会	保護者会(1・2)	高野豆腐のそぼろご飯 豚汁 三色和え
6	金	開校記念日	
7	土		
8	日		
9	月 全校	クラブ⑧	鶏めし がね えのき入りすまし汁 菊花みかん
10	火 おはスタ		麦ごはん 和風ハンバーグ 青のり粉ふきいも 野菜のみそ汁
11	水	開校記念集会 短縄週間終	押し寿司 豆腐のすまし汁 磯和え 紅白ゼリー ジョア
12	木 おはスポ	保護者会(3・4)	クリームソースパスタ カリカリ油揚げのサラダ りんご
13	金 おはスタ	小中一貫⑧ ポラリス出前授業(3・4) 食育出前授業(4) 学校評議員会②	麦ごはん さわらの香味焼き あいませ じゃがいものみそ汁
14	土	土曜授業(食育ミュージカル)	
15	日		
16	月 全校		ひじきチャーハン 豆腐団子のスープ 野菜のナムル
17	火 おはスタ		麦ごはん ホキのみそ田楽 里芋のそぼろ煮 むらくも汁
18	水		きなこ豆乳トースト トマトシチュー ゆずごまサラダ
19	木 委員会発表		きつねごはん きびなごのから揚げ 石狩汁 菊花みかん
20	金 おはスタ	社会科見学(6)	チキンライス 白いんげん豆のポタージュ じゃこサラダ
21	土		
22	日		
23	月 全校		カレーうどん 白菜のゆず風味 かぼちゃドーナツ
24	火	給食終	<b>リザーブセレクト給食</b>
25	水	終業式	
26	木	公開報告会 冬季休業日始	
27	金		
28	土		
29	日		
30	月		
31	火		

※今月の給食費引落日は12月9日(月)です。口座の残高をご確認下さい。☆牛乳は毎日つきます。

### 生活の月目標 (12月)

- ◆ものを大切に使う。
- 掃除用具を丁寧に扱って教室をきれいにしよう。
- みんなが使う用具は大切に扱おう。
- お金の使い方を考えよう。
- 身の回りの整理整頓をしよう。

### 給食の月目標 (12月)

- ◆感謝の気持ちで食事をしよう。
- 感謝の気持ちをもって食べる。
- 食前食後の挨拶をしっかりとる。
- 「いただきます」「ごちそうさま」の意味を考える。