

所小っ子



所沢市立所沢小学校

学校だより 令和6年7月
No.5 夏休み号

学校教育目標
○あたたかい心
○よりかしこく
○よりたくましく

“ぎゅー”のすすめ

校長 戸村達男

皆様のご家庭では、お子さんと“ぎゅー”していますか。
お子さんは、「ぎゅーして」って、言ってきますか。

“ぎゅー”とは、親がお子さんのことをぎゅっと抱きしめる、身体的コミュニケーションのことです。世の中の的には“ハグ”。でも子どもたちはご家庭で「ぎゅーして」って言うことが多いと思うので、ここでは、“ぎゅー”と言います。

こんなに大きくなったのに、“ぎゅー”していて、大丈夫かしら？
私はわが子を甘やかすすぎ？将来、自立できないんじゃないかしら？

こんな不安を感じることもおありでしょうが大丈夫。“ぎゅー”には、絶大な効果があります。
“ぎゅー”をたくさんしている子は、心が安定しています。
“ぎゅー”をたくさんしてもらっている子は、自己肯定感が高いです。

保護者の皆様は間違いなく、子どもたちを心から愛し、大切に思っていることと思います。でも、その愛が、そのままの熱量で子どもたちに伝わっているかということ、そうではないこともよくあります。悪いことをして、きつく叱られてしまった後には、「わたしは、ぼくは、愛されていないかも」と不安に思うお子さんも多いはずですよ。

“ぎゅー”は、このギャップを埋めてくれます。“ぎゅー”で、自分が愛されていることを実感できます。だから、小学生のうちから、遠慮なく、いっぱい“ぎゅー”してあげてください。何なら、中学生だって、たくさん“ぎゅー”してあげてください。

科学的な根拠も明らかになってきています。

“ぎゅー”や“ハグ”のような身体的接触、コミュニケーションをとると、「オキシトシン」という愛情ホルモンが作られるそうです。この愛情ホルモン「オキシトシン」は、ストレスホルモンを出にくくし、心と体を不安やストレスから守る働きを持っているのです。

お子さんと“ぎゅー”をすると、お子さんにも自分にもオキシトシンが作られ、お互いが不安やストレスから守られることになります。副作用のない精神安定剤のようなもので、心が安らぎ、幸福感や愛情も深まり、人との絆も強める物質なのです。

保護者の方と相談・面談をしている際、この“ぎゅー”についてお伺いすることがあります。

「最近、お子さんと“ぎゅー”してますか？」 「はい、たまにしています。」

「どのくらいの頻度ですか？」 「1か月に1回くらい・・・？」

「もうちょっと、“ぎゅー”してあげてもいいかもしれませんね。お子さんの心、安定しますよ。」

中には、こんな会話も・・・。

「私は、自分の親から、“ぎゅー”なんてされた覚え、ありません。」

「じゃあ、よろしければ今日からぜひ、お子さんと“ぎゅー”ってしてみてください。お子さんの心もですが、何よりご自身の心も安定するかもしれません。」

先ほど例に挙げた科学的根拠はインターネットからの情報で受け売りなのですが、私の経験から言っても、“ぎゅー”の効果は、かなり大きいです。

普段は忙しくて、なかなか時間はとれないかもしれませんが、夏休みは“ぎゅー”の大チャンス。“ぎゅー”で心の安定を。おすすめです。

41日間の夏休み。ぜひお子さんと楽しい時間をお過ごしください。8月30日、エネルギーを満タンにチャージした子どもたちの元気な笑顔と会えるのを楽しみにしています。

登校についてのお願いです

登校について、いくつかお願いがあります。

【登校時間について】

令和2年度から、朝の登校時間は「8:15~8:25をめやすに」とお願いしています。

今、一番早く登校してくる班は8:03くらい、ほとんどの班が8:10~8:20の間に校門を通過しています。

(本校の勤務時間は、8:30からです。)

あまり早く登校してきた場合、教室に子どもたちだけが長くいることになり、けがなどのトラブルの対応が十分にできません。また、子どもたちの持ち物の管理の観点からは、教室に1人だけポツンという状態は、あまり好ましくありません。

8月30日に予定している一斉下校で、早い時間に登校している登校班には、集合時間の確認をさせていただきます。早くとも8:10以降に校門を通過するよう、保護者の皆様も通学班への声掛けや集合時間の見直しをお願いいたします。



後援会「花※プロジェクト」で植えていただいたひまわり。夏休み前に満開です。

【見守りについて】

朝の登校時、たくさんの保護者の方に見守りをいただいています。ありがとうございます。

見守っていただく際に、お子さんと手をつないで横について歩いていただくと、狭い道路や歩道では、他の班が横にいた場合、広がりすぎて危険な場合があります。できれば見守りは、通学班の後ろからお願いいたします。

今年度の校内音楽会について

昨年度の音楽会が終わった後、保護者の皆様からたくさん感想をいただきました。一番多かったのが、「学年合唱は、迫力があって感動しました。」というものです。令和4年度は縦割りでの開催、令和5年度は学年ごとの開催と、これまで交互に行ってきましたが、昨年度の感想を踏まえ、今年度の音楽会も、学年ごとの開催といたします。

他の学年も見たいというご要望、また「保護者1名参加は切ない」というお気持ちに少しでもお応えするため、今年度は業者を入れて、希望者の方にDVDを購入していただけるよう準備を進めています。全学年・クラスの合唱が収録されたもので、DVD2,200円、ブルーレイ3,200円の予定です。