



文責 本宮小校長 佐久間仁

新 入学保護者説明会



十三日に新入学保護者説明会を行いました。来年度入学予定児童七十三名が保護者とともに来校しました。新入生は、一年生のお兄さん、お姉さんと一緒に様々な体験活動を楽しみました。保護者の皆様には、入学を迎えるまでの心構えや準備物などについて説明をさせていただきました。説明会後は、入学用品の購入もしていただきました。一つ一つに名前を書いたり、運動着袋などを用意したりするのは手間がかかることと思いますが、子どもたちが四月から安心して学校生活を送るために、ご理解、ご協力をお願いします。

【校長講話（子育ては脳育て）】

脳には、**からだの脳**（姿勢、睡眠、食欲、呼吸を司る）、**おりこうさんの脳**（言語能力や計算力、記

憶力を司る）、**こころの脳**（感情のコントロール力や論理的思考力、想像力や思いやりなど人間らしさを司る）の三つの種類がある。

脳が育つための正しい順番は、**からだの脳**→**おりこうさんの脳**→**こころの脳**だ。建物にたとえると**からだの脳**は一階、**おりこうさんの脳**は二階、**こころの脳**は一階と二階をつなぐ階段というイメージ。一階が頑丈にできていないと二階、階段は崩れてしまう。

からだの脳を育てる方法は、生活リズムをつくること。早起きをする、規則正しく食べる、早く寝るをひたすら毎日繰り返す、リズムを身体にしみこませることだ。小学生であれば、夜九時に寝て、朝六時に起きる。九時間は寝てほしい。早く寝かせるためには、早く起こすことだ。朝六時台を目標に、今の起床時間を徐々に早めていく。照明を暗くしてテレビやスマホはオフにする。お風呂は就寝一時間前までに済ませる。これらの流れを毎日同じタイミングで行う。

ことでも構わない。初めはうまくいかないこともあるが、失敗しても見守る。一度決めた役割は、必ず子どもにさせる。自分がやらなければ、家族が困ると認識させると、子どもの自己コントロール力が育つ。役割を果たして感謝される喜び、段取りや作業が上手くなっていく達成感、家族として役立つことへの誇りも得られる。

こころの脳を育てる方法は、安心をインプットする、言葉を引き出す、ルールを設定することだ。安心をインプットするには、大丈夫と思える土台をつくること。けがをしたとき、幼い頃は「痛い」の痛いの飛んでいけ。」でよいのだが、五歳以降は、「だから大丈夫。」というように理由づけする。

言葉を引き出すためには、子どもに考える場を与え、その考えを言葉にして外へ出させることだ。間違ってもいいから、言葉を出させる。自由な発想を促し認める。ルールを設定するとは、社会通念として絶対を守るべきルール、わが家では絶対守るべきルールを決めて守らせる。守られなければ容赦なく叱りつけ直す覚悟が必要。

もう手遅れと思った方もいるかもしれませんが、脳育ては何歳からでもやり直せる。順番は**からだの脳**→**おりこうさんの脳**→**こころの脳**

脳。まずは、早寝早起きの習慣を身に付け、しっかり食べて寝るようにさせてほしい。また、親子のコミュニケーションのあり方を見直し、一方的ではなく双方方向を意識したものに変わってみてほしい。そして、言葉を引き出す関わりを大切にしてほしい。

（成田奈緒子著「子育てを変えれば脳が変わる」引用）



【お願い】

一月号⑥でお伝えしましたように、

学級閉鎖時等の学びの保障のため、オンライン授業を実施します。各ご家庭のインターネット環境をご確認の上、ご参加をお願いします。

○期日 二月十七日（月）五校時

○下校 一～六年 十三時下校

○不明な点はお問い合わせください。