



# 谷汲小だより

令和2年度9月号  
9月18日発行  
揖斐川町立谷汲小学校

## 「ぽかぽか言葉キャンペーン」

校長 渡邊 満智子

「掃除のとき、ほうきをはしからはしまでいねいにやっていてよいですね。」  
「いつもスリッパをそろえていて、すごいね。私もまねしたいです。」  
「朝、教室に入ったら、一番に『おはよう!』と声をかけてくれて、ありがとう。」  
「一輪車うまくなったね。頑張ったね。」

学校では計画委員を中心に、「ぽかぽか言葉キャンペーン」を行っています。子どもたちは、毎日の生活の中で仲間のよさを見つけ、あったかい言葉でほめてくれています。給食の時に、計画委員が全校に紹介してくれます。聞いている私たちまでうれしくなります。

人間関係をよくするには、「人のよさを見つけ、ほめることで、相手を応援する」ことが大切です。それは、学校でも職場でも家庭でも同じです。「ダメ出し」ばかりでは、人間関係がギクシクします。ただ、「人の悪い所を見つける」ことは、誰でも本能的に出来るそうです。でも、「人のよい所を見つける」ことは、意識してトレーニングをしないとできるようにはなりません。ですから、今、子ども達が展開している、このキャンペーンは、「人のよい所を見つける」トレーニングになり、「人間関係をよくする」実践をしているのです。

人間の頭脳は、「ほめられること」が大好きだと言われます。大人でも子どもでも、「よさをほめられる」ことはうれしいものです。「ほめられる」効果は、「人間関係をよくする」だけにとどまりません。

ある病院で、脳卒中のリハビリを「ほめられた」グループと「ほめられなかった」グループに分けて行い、「どれだけ早く歩けるようになったか」を比べました。もちろん行ったリハビリの内容は全く同じです。すると、「ほめられた」グループは、「ほめられなかった」グループよりも、改善効果が1.8倍上回ったそうです。つまり、人間の「もっとほめられたい」という気持ちが、体の機能まで改善してしまったのです。

「ほめる・ほめられる」パワーは、ほめる側にも影響します。

人をほめると、癒しホルモン「オキシトシン」が脳内に分泌されるそうです。このホルモンの効果は、

- ・人への親近感、信頼感が増す
- ・ストレスが消えて幸福感を得られる
- ・血圧の上昇を抑える
- ・心臓の機能を良くする
- ・長寿になる、

と言われています。つまり人をほめるだけで、その人自身の気持ちをも安定させ、健康につながるということです。

「ほめられる」も「ほめる」も、すごいパワーを持っていますよね。

今、ネットによる誹謗中傷が社会問題になっています。「誰かを責める」「誰かをたたく」「ダメ出しをする」ことではなく、「よさを見つける」「ほめる」ことが、社会を明るくするのだと思います。まさに、子どもたちの「ぽかぽか言葉キャン



なかよし班（縦割り班）での掃除  
～反省会の様子～



ペーン」は、社会を明るくする練習です。ぜひ、家でも地域でも、よい所を見つけてほめる、「ぽかぽか言葉キャンペーン」を、子どもと一緒に進めていただきたいと思います。何卒、ご支援ご協力のほど、よろしくお願いします。

## 10月の行事予定

- 6日(火) PTA常任委員会(本部役員会19:00～・常任委員会19:30～)
- 9日(金) 6年生修学旅行
- 17日(土) 小中合同リサイクル活動(予備日18日)
- ~~18日(日)・19日(月)~~ 5年生若狭研修 → 11月初旬に変更
- ~~23日(金)~~ 夢の教室(5年生) → 中止
- 30日(金) 運動会準備
- 31日(土) ふれあい運動会



## 11月の行事予定

- 2日(月) 振替休業日
- 3日(火) 文化の日
- 8日(日) ~~いびがわマラソン・もみじ祭~~ → 中止
- 15日(日) PTA奉仕活動  
\*詳細が決定しましたら、連絡させていただきます。
- 20日(金) 地域環境美化活動
- 23日(月) 勤労感謝の日
- 26日(木) 全校5時間下校



## みなさんの手で

10月の運動会に向けて、学校の運動場の整備をしています。しかし、例年、運動場の草が伸び、なかなかきれいな状態で、子ども達が練習することができない状況です。そこで、先日、保護者の方や地域の皆さんのお力をお借りしようとお願いをしました。すると、早速、多くの方に学校に来ていただきました。ありがとうございました。今後も下記の期間、ボランティアをお願いできたらと考えております。よろしくお願いいたします。

9月7日(月)～10月30日(金) 8:30～16:00

## お知らせ

10月31日(土)に「谷汲地区ふれあい運動会」を行います。今年度は、新型コロナウイルス感染症対策のため、児童、保護者の皆様のみでの参加で行う予定です。雨天順延の場合の予定は以下の通りです。**運動会が順延の場合にのみ**、朝6:30に広報(音声告知放送)とメールを通してお知らせします。

	31日(土)が晴天の場合	31日(土)が雨天の場合 1日(日)に延期	31日(土)1日(日)が雨天の場合 2日(月)に延期
10月31日(土)	運動会	休み	休み
11月1日(日)	休み	運動会	休み
11月2日(月)	振替休業日(31日分)	振替休業日(1日分)	運動会