教育目標「かしこく たくましく あたたかく」【一人一人が学ぶ喜びを実感し、笑顔あふれる学校】



第8号 ♣ ^{令和4年 10月 28日} 村上市立 ■ 瀬波小学校



瀬波小HP

いじめ見逃しゼロ強調月間パートⅡ ~6月と11月は要注意!!~

校長 若月 隆雄

大きな学校行事「運動会」が終わりました。子どもたち一人一人が活躍する姿に感動しました。 保護者、地域の皆様におかれましては、当日朝のグラウンド整備作業、片付けにご協力いただき、 感謝申し上げます。

あっという間に10月も終わり、もうすぐ11月に入ります。「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査結果」(文科省)からいじめは「 $5\sim6$ 月」「 $10\sim11$ 月」に大きく増加していることが分かります。特に11月に増加しています。

脳科学者・中野信子さんは、「いじめ」回避策を脳科学の観点から説いた『ヒトは「いじめ」をやめられない』に書かれていることを紹介します。

脳の状態から見た6月と11月は、"安心ホルモン"であるセロトニンの分泌量が変化する時期と重なります。5月から6月、10月から11月というのは、日照時間が変わる時期にあたるので、セロトニンの合成がうまくできず、分泌量も減り、その結果、不安が強まり"うつ状態"を経験する人が散見される季節です。"安心ホルモン"のセロトニンの不足は不安を招くだけではなく、暴力性を高め、過激なギャンブルにはまるなど、悪い結果になることを承知しつつもそれを止められない"衝動性障害"を招くことがわかっています。6月や11月というのは、セロトニンが減少することで、自分の心の変化、気分の変化に対して非常に敏感になりやすい時期になります。そして、不安を感じる人が多いだけでなく、さらに攻撃性の高まりを感じる人も増え、衝動性障害に悩まされる人が増えるということです。嫌なものは嫌。やりたいことはどうしてもやってしまう。そんな時期です。そのためこの時期は、いじめに対する監視が厳しい学校だったとしても"隠れいじめ"のようなことが起こることが想定されます。

【6月、11月はゆっくり過ごし、リラックスする時間を設けること】

セロトニンはストレスによっても影響を受けます。 5~6月や 10~11 月にセロトニンが不足するとわかっていれば、あらかじめ他の時期以上に休みをとる、リラックスする時間を設けるという対処法も効果があります。落ち込んでしまったときの対処法、自分の心のケアの方法を見つけておけば脳も元気になり、前向きになれます。具体的には、落ち込んだときに相談するといつも共感してくれる人もしくはそこに行けばリラックスできる、いつも前向きになれるという場所を見つけておくとよいでしょう。

芸術の秋ということで、学校でもリラックスして絵を描いたり、読書に親しんだりする時間を設定しています。また、10月26日の昼休みには「瀬波音楽の日」(Senami Music Day)として、地域の方から来ていただき、バイオリン演奏会を行いました。今後も月1回「瀬波音楽の日」として、さまざま楽器演奏会を開催していきます。11月はバイオリンとチェロ演奏会を予定しています。

そして、11月4日(金)には、「いじめ見逃しゼロピアノコンサート」を開催します。

ピアニスト小杉真二様をお迎えして、児童、教員、保護者、地域の方々、みんなでリラックスしてピアノ演奏を聞きながら、「いじめをしない、許さない、見逃さない」という意識を高めていけたらいいなと思っています。詳しくは裏面をご覧ください。





ピアニスト 小杉 真二 様 新潟県出身

国際ピアノデュオコンクールグラン プリ、PTNAヤングピアニストコン ペティション金賞、マルサラ国際ピ アノコンクール (イタリア) 入賞ほ か数々のコンクールに上位入賞。

共催

- 瀬波地区青少年健全育成会
- 瀬波小学校学校運営協議会

新型ウイルス感染拡大状況によっては、児童のみの参加 や人数を制限させていただくことがあります。ご承知おきく ださい。

参加申込は必要ありません。体育館にお集まりください。体育館後方に保護者席、地域席を用意して おきます。駐車場は、瀬波コミュニティセンター駐車場をご利用ください。感染症対策(マスク等)を してお越しください。13:10 から村上第一中学校3年生の生徒がSDGsの取組を紹介します。

今回の「いじめ見逃しゼロピアノコンサート」は、瀬波地区青少年健全育成会、学校運営協議会の共 催で行います。お待ちしております。