



南小だより 10月号

高松市立牟礼南小学校

9月29日発行

761-0122 高松市牟礼町大町1115-1 電話: 087-845-9324

<http://www.edu-tens.net/syoHP/mureminamiHP/> 随時更新中



快い状態をつくり出すセロトニン5

熱中症計の数値を気にせず外遊びができる時候になりました。子どもたちは登校後すぐから、運動場で元気一杯に遊んでいます。朝から日光を浴びるとセロトニンという脳内物質の分泌が促されることがよく言われています。「幸せホルモン」と呼ばれるものです。特別支援教育の研修で、学校は安心・安全な学びの場で「快」の状態がつくられていることが大事だと伺いました。セロトニンが分泌されると、子どもは安心や安定が得られ「快」の状態となります。そのような中ではやる気が出てぐんぐん学習もはかどります。セロトニンを増やす5つの働きかけがあります。

み〇〇〇 ほ〇〇〇 は〇〇〇〇〇 ふ〇〇 ほ〇〇

〇の中には何が入るかおわかりでしょうか。「みまもる」「ほほえむ」「はなしかける」「ふれる」「ほめる」。この5つを意識して働きかけると、心が安定するそうです。子どもたちが好きな絵本の読み聞かせにも同じような効果がありそうですね。セロトニン5を意識して子どもたちと接してみましょう。

▶高松市小学校陸上記録会について

例年実施している高松市陸上記録会について、現段階では10月8日に実施する予定です。参加選手は、実施前1週間、実施後2週間の健康観察を入念に行います。当日は選手のみで参加し、残念ながら保護者の観覧はできません。学校代表となった人たちは放課後強化練習をしています。力を精一杯発揮できるように様々な形での応援をよろしくお願いします。

▶強めよう絆月間が始まります。

10~12月は人権について考える期間です。この期間には下記の取組を行います。ご家庭でも折に触れて人権尊重を話題にしてください。

9月29日 人権講演会「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう」

11月11日 道徳科等での人権に関する授業公開

12月4日 放送による「ふれあい集会」

PTAからのお知らせ

*例年、11月の第3日曜日に実施していたふるさとまつりは今年度行いません。それに伴い、りんごの販売やバザーもありませんので、ご了承ください。地域ゆかりの講師を迎えて行うふるさと学習は、生活科やあけまち学習(総合学習)等で行います。

*次回のPTA評議員会は10月28日(水)19:00~です。ご参加をよろしくお願いします。

[上の絵手紙は、見守り隊の小田幸子様作。「夜になると虫の音が聞こえるようになりました。季節は巡るのに、コロナは突然で、先の見えない不安もありますが、いろんな対策をして乗り切れるしかないですね。お身体に気を付けて!」という励ましをいただきました。ありがとうございました。]

10月の生活目標

「やさしい気持ちを
発揮しよう」

○だれとでも仲良くする

○人に親切にする

○友だちの呼び方に気を付ける