



学校だより 9月号

かわど



令和8年9月1日

千葉市立川戸小学校

第5号

先日の豪雨により、被害に遭われた皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

自分の気持ちを言葉にする

校長 菊池 麻里

夏休みに、スポーツドクター辻秀一さんの『いつもごきげんでいられる人、いつも不機嫌なままの人』をaudibleで聞きました。心に残ったのは、機嫌は誰かに作ってもらうものではなく、自分で整えていくものという考え方です。

私たちには、日々さまざまな出来事が起こります。いいことが起きるとご機嫌になり、悪いことが起きると不機嫌になる。それでは心は出来事に左右されてしまいます。大切なのは、出来事を良い悪いと意味付けすることではなく、まず、「今、自分はこんなふうに感じているんだ」と自分の心に気付いてあげることなのだそうです。

この本を聴きながら、私は本校が今年度大切にしている「言語化」について改めて考えました。言語化とは自分の考えを相手に伝えるだけでなく、自分の心を見つめ、自分自身を知る働きもあるということです。その一つが、今の自分の気持ちを言葉にすることなのだそうです。

この夏、私は日記を書くことを続けました。その日の体調や学んだこと、うれしかったこと、そして自分の感情。「今日は、どんな気持ちを感じたかな」と自分の心に耳を澄ませ、言葉にしてみました。いざ言葉にしようとする、簡単ではありません。感情を表す言葉は、100くらいあるそうですが、私は33しか出てきませんでした。これから一つずつ感情を表す言葉を増やしていきたいです。(ちなみに、疲れた、眠い、美味しい、きれい、最悪、などは感情を表す言葉ではないと辻さんは書いていました。)

今日から、また学校生活が始まりました。自分の心に気付き、言葉にし、自分の心を整えながら、物事にチャレンジしていけるように、子供たちが「自分はどうか考えたのか」だけではなく「今、どんな気持ちなのか」を自分の言葉にする機会を大切にしていきたいと思います。その力は、これから生きていく子どもたち、そして私たち大人にとっても、ますます大切になるのではないかと考えた夏休みでした。9月からどうぞよろしくお願いいたします。(^^)/

川戸地区夏祭り(コミュニティスクール)

8月9日(日)に、川戸地区夏祭りが行われました。天気にも恵まれ、盆踊りや太鼓の演奏、ソーラン節、子ども神輿など、たくさんの方の催しがありました。多くの子供たちが事前の練習会に参加するなど、地域の方と協力して夏祭りを盛り上げました！

<9月の予定>

1日(火) 夏休み明け放送集会

2日(水) 、給食開始、心の天気

3日(木) 、心の天気

4日(金) 心の天気

7日(月) 、心の天気
夏休み作品展(～11日)

8日(火) 委員会活動(4～6年)、心の天気

9日(水) ロング昼休み、ふれあい活動
ユニセフ出前授業(4年)

11日(金) ニッセイ名作シリーズ千葉公演(3年)
千葉市総合展覧会科学の部(～13日)

14日(月)

15日(火)

16日(水) 校外学習(5年)
＜国立科学博物館、そなエリア＞
トップスポーツ交流事業(6年)

<9月の予定>

17日(木) 町探検①(2年)

細菌尿検査(1年)

18日(金)

21日(月) 敬老の日

22日(火) 国民の休日

23日(水) 秋分の日

24日(木) 体力づくり週間(～10/2)

25日(金) 薬物乱用防止教室(6年)

26日(土) 地域美化活動

28日(月)
体力テスト月間(～10/30)

29日(火)
校外学習(3年)
＜千葉市郷土博物館、千葉県警察本部、
中央消防署＞

30日(水) ロング昼休み
火起こし、土器触体験(6年)
卒業アルバム撮影(6年)



お知らせとお願い

第3期給食費等の口座振替(8月25日実施)ができなかった方に、9月15日(火)に再振替を行います。前日までに必要な金額を登録口座にご用意ください。なお、次回の第4期振替日は、10月26日(月)です。
(学校給食費に係るお問い合わせ 市保健体育課 電話 245-5909)

<学校再開での子供たちの体調管理に向けて>

学校が再開して子供たちの活気ある声が戻ってきました。この先も依然として気温の高い日が続くようです。特に休業日明けの時期は、暑さや運動等により子供たちの体が慣れていない場合が多いので、熱中症予防対策として暑さ指数の数値を確認しながら、教育活動を行っていきます。子供たちの体調管理には、十分注意していききたいと思いますので、ご家庭でのお子さんの健康観察も、丁寧に行っていただけますようご協力ください。また、水分を補給できるように水筒を持たせていただくようお願いします。

学校のできごと

<ネット安全教室(5・6年)>

<トウモロコシの皮むき(2年)>

<菊ボランティア(4～6年)>小中一貫 <いのちを守る教室(小5・中2)>小中一貫