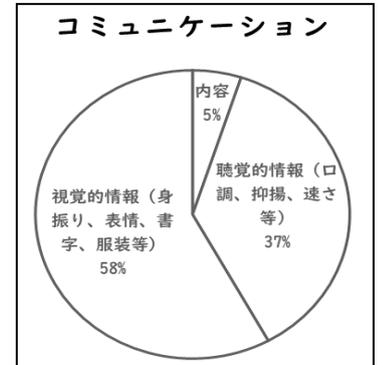


保護者の皆様

開成町立開成小学校長

2学期をふりかえって



1. コミュニケーションの取り方

私たちは、日々、他者とコミュニケーションを取りながら自分の意思を伝えたり、相手の話を聴いたり、意見交換をしたりと欠かさず行っています。さて、このコミュニケーションですが、「さっき、言ったのに伝わってない!」、「また、同じことを!」と思うことはないですか?

相手と自分のコミュニケーションを100%完全にしようとした時、その内容そのものは5%しか伝わりません。そこに、視覚的情報、聴覚的情報が合わさって、3つ合わさって100%になります。話し方や伝え方には、ひと工夫が必要です。これは、学校生活に限らず、家庭内でも言えることです。子どもたちに「大事なことを理解してもらいたい。」「ゲームやスマホのルールを忘れないようにしたい。」と思ったら、紙やホワイトボードに示しながら、お話していただくとよいかと思います。書いたことは、家族みんなが見られるところに貼っておき、「いつでも」、「誰でも」確認できるようにするのがよいですね。

2. コロナ禍のマスク生活をもたらしたもの

マスク生活から離れ、1年が過ぎました。多くの子がマスクを外すようになりましたが、高学年の中には、素顔を見られるのが恥ずかしいという思いから、なかなかマスクを外せない子たちもいます。

さて、この3年余りにわたるマスク生活が子どもたちに影響を与えたことに、「人の表情(気持ち)が読めない。」「発音がきちんとできない。」ことがあるように感じられます。

まず、自分の気持ちが最優先で、相手の気持ちを理解しようとしなかったり、いつまでも行動の切り替えができなかったりする姿も見られます。ひと昔前に、「KY(=空気を読めない人)」という言葉が流行りましたが、それを今、また感じることもあります。学校では、それに対し、繰り返し指導をしています。特に、相手の気持ちを理解できるようにするには、かなり時間を必要とすることがあります。ご家庭では、いかがでしょうか?TPO(時間・場所・機会)に合わせた行動が年齢とともにできているか、この年末年始は、お子さんに伝えていくのによい機会だと思います。

低学年を中心に、「発音」が気になるお子さんたちが、これまでより増えている感じがします。また、発音はできても、書字になると例えば、「～ください」が「～くらさい」、「～です」が「～れす」、「ところ」が「とこど」等になったりしています。これは、就学前の「正しい発音」を獲得する時期に、周囲の大人がマスクをし、口元が見られず正しい音の獲得が不十分であること、子どもたち自身もマスクを着け、口の動きが不十分なままであったことが大きく影響しているように思います。

私たちの発音をつかさどる「舌」は、とても微細な運動をする器官です。まず、ご家庭でできることで、少し硬めにゆでた野菜やおせんべい、肉を歯で食いちぎって食べるなど、「よく噛む」食生活を。そして、お子さんの発音が違う時には、否定をせずに、口元をゆっくり動かして正しい音を聞かせること

をしてみてください。また、ご心配な場合には、早めに担任を通じて、ことばの教室へ相談をしてください。

3. デジタルツール漬けにならず、規則正しい生活と、親子で『温かなコミュニケーション』を。

25日（水）から冬休みが始まります。家庭で過ごす時間が増えますが、ぜひ、デジタルツールの扱いには気をつけていただきたいと思います。

開成小学校では、毎年、子どもたちにも、保護者の方々にもインターネット教室を開催しています。しかし、現実的には、デジタルツールの扱いで、友達同士でトラブルになったり、夜遅くまで扱っていて、登校が遅れたりする等の実態がしばしば見られます。

ここで、デジタルツール（スマホ・ゲーム機・テレビ・動画視聴）の長時間使用した時の、「脳」、「心」、「体」の影響について見てみます。

脳の前頭前野はおでこの裏側に位置し、行動する前に計画したり、新しいことに挑戦してみようという意欲ややる気がでたり、相手のことを思いやる気持ち、マナーを守るなど人間らしさに関係する大切な働きがあります。デジタルツールに長時間触れていると前頭前野の働きがどんどん悪くなっていきます。また、感情をコントロールするところがうまく働かなくなるといわれています。特に脳がまだまだ成長途中の子どもたちは、特に悪い影響を受けやすいので注意しなければなりません。

そして前頭前野の働きが悪くなると、いつもイライラしてしまったり、わがママを我慢できずに、少しのことでも怒ったりします。また、集中力や注意力がなくなったり、無気力でぼーっとしたりすることが多くなります。

最後は、体に与える影響です。昔の子どもより、外で遊ぶ時間がとても少なくなり、思いっきり体を動かす機会が少なくなりました。そのため体の成長に影響を及ぼしています。転んだときに地面に手がつけずに顔を打ってしまったり、持久力がなく疲れやすかったり、長時間まっすぐ立っていられなくなったりします。また、デジタルツールを長時間同じ姿勢を続けていることで姿勢が悪くなります。

小児科専門医の成田奈緒子先生は、「子どもの脳は大人が作る」という意識をもって、「大体同じ時間に起きて、大体同じ時間に寝て、大体同じ時間にご飯を食べて、体を自由に動かし、言葉を自由に話す」生活を繰り返すことが大事だと言います。

絵本や本を読んで、読んだ内容について親子で会話や質問し合ったり、じゃれつき遊びをしたりすることで、前頭葉が刺激されるそうです。寒い冬です。お子さんと暖かい部屋の中で本を読んだり、ふれあい遊びをしたりしてみれば、いかがでしょうか？

4 **脳(こころ)へのえいきょう**
前頭前野(ぜんとうぜんや)
感情をコントロールするはたらき

計画性
やる気・意欲
思いやり

人間らしさ

5 **こころへのえいきょう**
いつもイライラしている 少しのことでおこる

集中力がない 無気力・ぼーっとしている

6 **体へのえいきょう**
ころんで顔をうつ じきゅう力がない

まっすぐ立ってられない 姿勢が悪い

問い合わせ先
担当 教育相談コーディネーター香川
電話 83-1616