



# 中筋小学校だより

校訓 ～ 強い身体 正しい心 ～

舞鶴市立中筋小学校  
学校だより 8・9月号  
令和5年8月30日発行  
<http://nakasuji.maizuru.edumap.jp/>  
☎75-0372

学校HP



## 一人一人の努力、皆の協力、そして笑顔で 充実の2学期を！



日焼けし、ひとまわり大きくなった子どもたちが、学校に戻ってきました。大きな事故もなく2学期を迎えられましたこと、何よりも嬉しく思います。これも、保護者・地域の皆様方の温かい見守りとご指導のお陰と感謝申し上げます。

始業式では、終業式で話した3つの宿題について振り返り、何より「命を守る」ことができたことをまずほめ、「自分のことは自分です」という自立の姿をこれからも続けていくことや何かに挑戦した勇気や努力を大切に、それを自信にして、2学期も存分に力を発揮してほしいことを話しました。やるべきことを自ら考え、考えるだけでなくそれを進んで実行していける力と自立・自律の力をますます高めて欲しいと願っています。

子どもたちがどんな夏休みを過ごし、自分がどのように成長したかを聞くのが楽しみです。夏休みの振り返りをしっかりと行い、成長し、たくましくなった自分に気付き、2学期の目当てを明確にしてスタートします。また、学力テストの結果や教職員の振り返り（学校評価）を踏まえて、今後も教職員が一丸となって一人一人の力を高められるよう力を尽くす所存です。同時にいじめの未然防止や早期解決へ向けても組織的な取組を継続します。

2学期は運動会をはじめ、音楽集会やマラソン大会など子どもたちの成長を感じていただく行事や取組がたくさんあります。5年生が21日に野外活動に出かけるのを皮切りに、各学年、あるいは全校での行事が次々と予定されており、あわただしい日が続きますが、まずは子どもたちの健康と安全を大切にしたいと考えています。

健康面では、生活リズムを夏休みモードから通常モードへできるだけ早く戻すことです。本校では、9月1日(金)～7日(木)を『生活見直し週間』として子どもたちの基本的な生活習慣の確立に取り組みます。まだまだ異常な暑さが続く中、毎日の学習や運動会の練習などに向かうためには、健康面、体力面での充実が欠かせません。『早寝、早起き、朝ごはん』を合言葉に、この1週間でスイッチの切り替えがうまくいきますよう、ご家庭でのご協力をよろしくお願いいたします。

まずは子どもたちの心身の健康と安全を最優先にし、一人一人が自分のよさを最大限に発揮できるよう努めていきます。2学期も引き続き、ご理解・ご支援をよろしくお願いいたします。

校長 亀井 敬介 教職員一同

## プラセボ効果

あまり聞きなじみのない言葉だと思いますが、医療から出てきた言葉で「偽薬効果」「プラシーボ効果」とも呼ばれる効果です。本来は効果のない薬でも「効果がある」という言葉を信じると、何らかの改善効果が得られることです。極端な例として、「これはものすごく頭痛に聞く薬だ」と言って、ラムネの粒を渡して飲ませれば、頭痛が緩和するといった効果のことです。最近では、この「思い込みの力」をビジネスの世界でも活用し、社員や組織のモチベーションをあげるのに活用しているようなことも聞きます。これと似た例で、試合に臨むスポーツ選手が、「成功すること」や「勝つこと」をイメージする、いわゆるイメージトレーニングもこの類と言えます。



自分自身または周りからの働きかけによって、「自分是可以成功する」「自分なら成功する」と自分を信じ、物事に当たることは成功への近道といえると思います。「自分なんかどうせ」「やっても無駄だ」と思って取り組むと成功することも失敗に終わるかもしれません。子どもに当てはめると「自己肯定感」です。教師や大人が、その子のよさをきちんと見取り、言葉できちんと位置付けてやることで、自分に自信を持つことができ、物事に前向きに取り組めます。「大丈夫」「あなたにはこんないいところがある」「今のよかったよ」という言葉が、子どもの自己を肯定する力を高め、「自分是可以成功する」というプラセボ効果につながります。

2学期、いろいろな場面で力を発揮する子どもたち一人一人の輝きをきちんと捉えて、評価し、自己肯定感を高めていけるよう教師も保護者も一緒に「認める言葉」シャワーを浴びせていきましょう。