



# 井吹西だより 11月号

みんなで作ろう井吹西：「ひびく心・かがやく瞳・きり拓く力」

令和6年10月31日

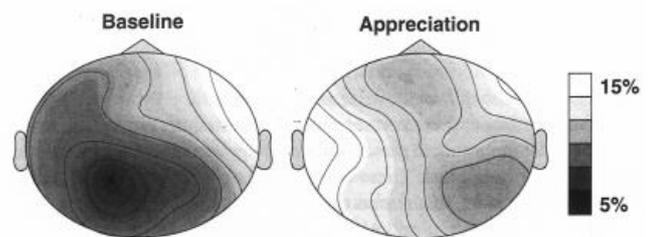
## 「ありがとう」でしあわせをゲットしましょう

校長 川原耕一

普段の生活で、「ありがとう」と感謝を伝える場面は多いと思います。買い物をしたときレジの方に、バスから降りるときに運転手さんに、お店でご飯をいただいたときはお店の方に。学校でも、給食を作ってくださる調理士さんや、草刈りや修理をしてくださる管理員さん、あるいはお友達同士でも「ありがとう」を言います。こういった感謝をすることで、具体的にどんないいことがあるのでしょうか？科学的に研究されたものがないかな？と思ったらありましたので、ご紹介します。

### ＜いいことその①＞α波が出る

右は脳のα波の図です。α波はリラックスしている心の状態を表す脳波の一つの形といわれています。左側の方は何も思っていないとき、右側が他者に感謝をしたときです。薄い色ほどα波が出ていることを示します。ですから、感謝をするとα波が出てくるということが生理学的に言えるそうなのです。



(McCraty & Childre, 2004)

### ＜いいことその②＞プラス思考になる

特性感謝が高い人、要するに感謝しやすい人は、ほかの人から何か良いことをしてもらおうと、そのことについて「相手が多くのコストを払ってくれた」「自分にとってとても価値あることだ」と特別に強く思うという前提に立ちます。つまり人から何か良いことをしてもらおうと、相手もたらしてくれた利益を過大に評価し、感謝を強く感じる、つまり状況を肯定的に解釈して感謝するので、それがプラス思考（⇒ウェルビーイング）につながるという考えです。

### ＜いいことその③＞ストレスに強くなる

コーピングということばがあります。ストレスに対してどういうふうに対応するかという姿勢のことです。特性感謝の高い人は、「まあ何とかなるかもしれない」と楽観的に考えることができるので、潜在的ストレスが実際のストレスにはならず、コーピングに成功しやすい傾向にあります。つまり特性感謝の高い人は、肯定的なコーピング評価を行うので、しあわせを感じやすいという理論です。

(引用文献 相川 充 (2016) 第6回フォーラムレポート「感謝するとwell-beingは高まるのか」)

いよいよ音楽会が近づいて来ました。子供たちには音楽ホールで演奏できる喜びを感じ、多くの方が聴いてくださることへの感謝を感じてほしいと思います。感謝することでα波が出て、プラス思考になり、緊張をやわらげ、演奏が終わった後に達成感を十二分に感じる。そんなしあわせな音楽会になるよう、願い、期待しています。



## 令和6年度 11月 行事予定表

日	曜	行 事	保健行事	PTA/地域
1	金	前日準備(4年6校時なし)		
2	土	音楽会		
3	日	文化の日		秋まつり
4	月	振替休日		【予備】秋まつり
5	火	代休、銀行振替1		
6	水	5年楽器搬出1-2校時(音楽会予備日)		
7	木	集会		
8	金			
9	土			のびのびブック広場
10	日			
11	月	朝会、4年いびき明生交流1-4校時	井吹台中学校 トライやるウィーク	
12	火	1年・2年読み聞かせ		
13	水	3年出前授業【池本醤油】2校時		
14	木	おはよう読書、お話の会1年、2年町探検2-3校時 5年勾玉づくり(体育館)2-3時間目		
15	金	就学前健康診断13:30(全学年13:00下校)		
16	土		赤い羽根 募金週間	のびのびブック広場
17	日	神戸マラソン、兵庫県知事選挙		
18	月			
19	火			
20	水	委員会活動		
21	木	集会、5年出前授業【工業生産とわたしたちの暮らし】		
22	金			
23	土	勤労感謝の日		
24	日			
25	月	朝会、6年生(5校時終了後下校)		
26	火	修学旅行、1年・2年読み聞かせ		
27	水	修学旅行、給食試食会11:30、銀行振替2		
28	木	おはよう読書、お話の会3年、6年生(3校時より登校)		
29	金	6年 こころの劇場13:10		
30	土			のびのびブック広場
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>12 月の予定</p> <p>12～17日 個別懇談会(13:20下校)</p> <p>18～23日 短縮授業(13:20下校)</p> <p>24日 終業式(12:40下校)</p> </div> <div style="width: 45%; border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>※SC:スクールカウンセラー来校</p> <p>※のびのびブック広場(図書館):10:00-12:00</p> </div> </div>				

## 11月の主な学習予定

<b>1年</b>	<p>国語 たぬきの糸車 かたかなをかこう どんなおはなしができるかな じどう車くらべ</p> <p>算数 たしざん かたちあそび ひきざん 生活 じぶんでチャレンジ大きくせん あきとなかよし</p> <p>音楽 おとをさがしてあそぼう せんりつでよびかけあおう</p> <p>道徳 ノンノンだいじょうぶ 大あわてのトラッピー サバンナの子ども ぽっかぽか</p> <p>図工 すきまちゃんのすきなすきま いっぱいつかってなにしよう はこでつくったよ たいせつボックス</p> <p>体育 そうのうんどうあそび おにあそび</p>
<b>2年</b>	<p>国語 紙コップ花火の作り方 おもちゃの作り方をせつめいしよう お手紙 主語と述語に気をつけよう かん字の読み方 にたいみのことばはんたいのことば</p> <p>算数 新しい計算を考えよう 九九をつくろう 生活 町のすてきつたえたい</p> <p>音楽 音やリズムのおもしろさをかんじとろう</p> <p>道徳 雨ふり なかよしだけど くりのみ ぼくのかさぶた</p> <p>図工 はさみのあーと わくわくおはなしゲーム 体育 宝運び鬼 表現遊び 体ほぐし</p>
<b>3年</b>	<p>国語 ことわざ・故事成語・漢字の意味 すがたをかえる大豆/食べ物のひみつを教えます 短歌を楽しもう 漢字の広場④ 体育 体づくり運動 タグラグビー 跳び箱運動</p> <p>算数 わり算や分数を考えよう まるい形を調べよう 数の表し方やしくみを調べよう</p> <p>社会 なくそう、恐ろしい火事 理科 太陽の光 音のせいしつ</p> <p>音楽 ふじ山 せんりつの重なりをかんじとろう 図工 顔をだしたらなんだかワクワク ここがすみか</p> <p>総合 「食べ物のひみつ」をしらべよう 外国語 This is for you.</p> <p>道徳 ハロー、サンキュー みんなの学級会 ハチドリのひとしずく ぽかぽか言葉</p>
<b>4年</b>	<p>国語 未来につなぐ工芸品/工芸品の魅力を伝えよう 慣用句</p> <p>算数 直線の交わり方やならび方に注目して調べよう</p> <p>社会 兵庫県の伝統文化と先人のはたらき 理科 物の体積と温度</p> <p>音楽 かけ合いや重なりのおもしろさを味わおう 図工 おもしろ段ボールボックス</p> <p>外国語 What do you want? 体育 体ほぐし フラッグフットボール</p> <p>道徳 決めつけてないかな 祭りだいこ 泣いた赤おに スーパーモンスターカード</p>
<b>5年</b>	<p>国語 和語・漢語・外来語 固有種がおしえてくれること/自然環境を守るために</p> <p>算数 分数のたし算・ひき算を広げよう</p> <p>社会 工業生産とわたしたちのくらし 理科 物のとけ方</p> <p>音楽 音の重なりを感じ取ろう 図工 美しく立つ針金</p> <p>外国語 At a restaurant. 体育 ベースボール</p> <p>道徳 UD ってなんだろう 等</p>
<b>6年</b>	<p>国語 鳥獣戯画を読む 日本の文化を発信しよう 漢字の広場</p> <p>社会 武士による政治の安定 江戸の社会と文化・学問 わたしたちの願いと政治のはたらき</p> <p>算数 比例の関係をくわしく調べよう 理科 てこのはたらき</p> <p>音楽 二つの楽器の関わりやひびき合いを楽しもう 図工 版で広がるわたしの思い</p> <p>外国語 We live together. 体育 ハードル走 バレーボール</p> <p>道徳 コスモスの花 マザーテレサ など</p>

## お知らせとお願い

<b>1年</b> <p>・図工「いっぱいつかってなにしてよう」「はこでつくったよ」「たいせつボックス」の材料を1年学年だより「いっぱいぽ」を参照いただいでご準備をお願いします。持たせていただく日は後日ご連絡いたします。</p> <p>・生活の授業で色水、リースを作ります。冷蔵保存していただいている朝顔の花びらと乾いたつるのご準備をお願いいたします。持たせていただく日は後日ご連絡いたします。</p>	<b>2年</b> <p>・14日(木)の生活科の学習で、グループで町のお店の方にインタビューをしに行きます。場所は、セリオ、カインズホーム、交番等です。</p> <p>・図工「わくわくおはなしゲーム」(P.42)と「音づくりフレンズ」(P.30)(12月実施予定)の材料を、教科書を参照いただいでご準備をお願いします。「わくわくおはなしゲーム」は11月8日(金)までに持たせてください。</p>
<b>3年</b> <p>・総合の授業で、食べ物のひみつについて調べ、パソコンでまとめる学習をします。第一弾として、13日(水)に池本醤油さんをゲストティーチャーに迎え、醤油の作り方や歴史について教えていただきます。</p>	<b>4年</b> <p>・11日(月)は、午前中にいぶき明生支援学校との交流学习(2回目)があります。</p> <p>・季節の変わり目で体調を崩しやすい時期ですので、上着の持参やこまめな手洗い等、ご協力よろしく願います。</p>
<b>5年</b> <p>・11月14日(木)2・3時間目に、自然体験学習として、埋蔵文化財センターの方をお呼びして、勾玉づくり体験をします。自然学校が2泊3日に短縮された代替りの行事です。一足先の歴史学習を楽しみたいと思います。雨天決行です。準備物はありません。</p>	<b>6年</b> <p>・26日(火)~27日(水)の修学旅行に向けての取り組みを始めています。前日は5校時で下校します。詳細は後日配布する子供たちのしおりでご確認ください。</p> <p>・29日(金)は、神戸文化ホールへ劇団四季「こころの劇場」を観劇に行きます。お弁当の用意をお願いします。</p>



## ・音楽会に向けて…♪

10/25(金)「音楽会鑑賞についてのお願い」を配布しました。裏面には、会場案内も記載しております。

表裏どちらもよくご確認くださいませよう、よろしくお願い致します。  
プログラム、「音楽会聴きどころ」も配布しました。プログラムは、チケット代わりです。各家庭3枚配布しております。音楽会当日、必ずご持参ください。



11/1(金) 音楽会準備のため、1~4年生は5校時終了後(14:30)下校です。

### ・就学時健康診断について

11/15(金) 就学時健康診断のため、全校生、給食を食べた後、13:00 下校です。

※11月号より学校だよりは、すぐーる配信のみとさせていただきます。紙ベースで必要な方は、職員室前に置いてありますので、お持ち帰りください。