

# 学校だより「清流(せいらいゆう)」

## スクールカウンセラーの先生から学びました！

11日(月)スクールカウンセラーの横井尚子先生に5・6年生の授業のゲストティーチャーとして参加していただきました。カウンセリングの視点から学びました。

### ■5年生の授業「ストレスマネジメント」



5年生はイライラしたときに、自分でどう対処するかを考えました。

まず、どんな場面でイライラするかを確かめて、イライラを感じたときにどうしているのかを出し合いました。ストレスの受け止め方は、人によって違うので同じことでも強く感じる人とそうでない人がいます。そして、落ち着くための3つの方法を学びました。①肩のリラックス法 ②イメージ呼吸法 ③セルフメッセージ の3つです。

### ■6年生の授業「コミュニケーション上手になろう」



6年生は修学旅行を目前に、コミュニケーションの上手なとりかたを学びました。「ありがとう」を上手にいうためにはどうしたらいいのか、ただ「ありがとう」だけではなく、言い方や声の大きさ、表情はどうする？授業では、実際に練習をしました。横井先生は、日常で起きることをしっかり見つめて、コミュニケーションを上手にとるためには、その場に応じて相手の気持ちをよく考えた言動が大事だと話されました。5年生も6年生も、学んだことを日常生活に積極的に活かしましょう。

# 6年生修学旅行 思い出になりました！

■ 好天に恵まれ、思い出に残る修学旅行になりました



6年生は、14～15日に長崎県へ修学旅行に行きました。14日は平和学習講話、長崎原爆資料館見学、フィールドワーク、15日はハウステンボス見学などを行いました。

## こう水から身を守るためにどんな工夫ができる？

■ 国土交通省・甲佐町役場の方も参観にいらっしやいました



こう水から身を守るためにはどんな工夫が必要でしょう？

15日（金）の3校時に5年生の理科で学びました。近年、全国で台風や大雨の被害が発生しています。甲佐町も熊本地震後に大雨による大きな被害が出ました。防災については、日頃から学んでおく必要があります。この授業で、ハザードマップについて知っているかどうかを確認しましたが、知っている人は全体の30%くらいでした。

台風や大雨のとき、避難する前に何をしておかなければいけないのか。どの避難所にもどのようにして（歩いて？ 車で？ どの道を通って？）行くのか。避難所に行くときには何を持って行くのか。など、一度ご家庭でも確認をしてください。