



スローガン
「幸せ
あふれる
北小」
～私も幸せみんなも幸せ～

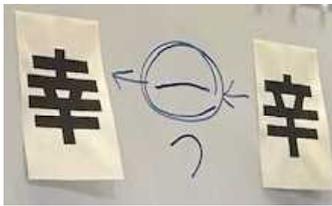
はぴねす

「幸」を紡ぎ、「言葉」を大切に3学期に
新年あけましておめでとうございませう。令和8年が、子供たち、保護者の皆様、そして地域の方々にとって幸せな1年になることを心から願っております。
さて、1年の始まりである始業式にて、私は子供たちに3つの話をいたしました。

① 1年の計は元旦にあり
終業式でも伝えた「目標をもつこと」の大切さです。3学期に頑張りたいこと、今年挑戦したいことなど、自分なりの「めあて」をもってほしいという願いを込め、子供たちの前で私自身の「今年の抱負」を書き初めにし、披露しました。真剣な眼差しで筆の動きを見つめ、完成した際に喜んでくれた子供たちの姿に、私も身が引き締まる思いでした。



② 「辛」を「幸」に変える「一」の力
「幸」と「辛」という漢字についてです。形はよく似ていますが、意味は大きく異なります。「辛」という字に、横棒を「一」付け加えると「幸」になります。辛い思いをしてる友達に、たった「一言」の優しい言葉をかけるだけで、相手を幸せな気持ちにできることがあります。また、今は辛くとも「もう一踏ん張り」することで、幸せを掴み取れることもあります。逆に、たった「一つ」の心ない言動が、幸せを辛さに変えてしまうこともあります。子供たちには、自分や周りの「辛」を「幸」に変えられるような、温かな言動を大切にしたいと伝えました。



③ 世界共通の魔法の言葉「挨拶」と「感謝」
「挨拶」と「感謝」の大切さです。この冬休み、私は4日間韓国へ参りましたが、現地で使った韓国語は「アンニョンハセヨ（こんにちは）」と「カムサハムニダ（ありがとう）」のほぼ2語だけでした。10回ほど訪韓しているのに使っているのは、ほぼこの2語です。エレベーターやお店、タクシーなど、あらゆる場面でこの2語を伝えれば、あとは身振り手振りでも十分に心が通じ合いました。日本でも同じです。「おはよう・こんにちは」「ありがとう」の2語があれば、人と人はつながることが出来ます。この大切な言葉を、自然に、そして心を込めて使えるようになってほしいと語りかけました。

書き初めに込める「日本の心」

新春を思わせる
琴の音が流れる体育館で、4年生が書き初め大会を行いました。



書き初めは、日本人が古くから大切に受け継いできた新年の行事です。かつては元日の朝に汲んだ清らかな水「若水（わかみず）」で墨をすり、その年の縁起のよい方角「恵方（えほう）」に向かって書いたとされています。こうした習わしに込められた願いや祈りには、一年一日を大切に積み重ねようとする「日本の心」が表れています。
書き初めを終えた子供たちからは、「緊張したけれど、集中できた」「手が震えるくらい一生懸命書いた」といった声がかれました。墨の香りに包まれ、筆先に意識を集中させて静かに心を整える時間は、日本の文化を肌で感じる貴重な学びの機会となりました。

ついでに

ICTの進化と普及のスピードは凄まじい。私たち世代が到底追いつけない勢いで、技術は日々更新されている。学校の学習用端末にしても、私などよりはるかになめらかに使いこなす子供たちの姿をよく目にする。

家庭でのタブレットやスマートフォン、ゲーム機についても同様だろう。「まだ子供だから」という油断は禁物である。大人の想像を上回るスピードで子供たちが習熟していく現実には、親として冷静に受け止めておかなければならない。

私事で恐縮だが、かつて娘たちにスマートフォンを与えたのは高校生になってからだだった。当時は登場したばかりのLINEの使い方を私が自慢げに教えていたものだが、1ヶ月もしないうちに立場は逆転し、便利な機能やアプリを教わる側になっていた。先日、2歳になる孫がスマートフォンで画面を迷いなく遊びの中でスワイプする姿に驚かされた。視覚情報を即座に吸収し模倣する幼児にとって、もはやこれは当たり前前の発達段階なのかもしれない。

子供の吸収力や情報量は、親の想定をはるかに上回る。「うちの子に限って」「まだ何もできないはず」と信じ切ってしまうことには、危うさが伴う。「実はできないふりをしているだけではないか」「知っている知らないふりをしているのではなにか」という、ある種の「疑う目」をもつことも、今の時代には必要な親の役割だろう。

現に、大人のあざかり知らぬところで、見知らぬ誰かとオンライン上で繋がりが、トラブルに発展するケースは後を絶たない。子供の行動を全て把握することは不可能に近いが、我が子を信じる心と同時に、その心の手綱（たづな）だけはしっかりと握っておきたいものである。

～特別支援教育が特別ではなくなる日を目指して～

これまで4回に渡って掲載してきたペアレントトレーニングですが、いよいよ最終のステップ5です。今回の内容は、正直お伝えするかどうか迷いました。その理由は、「大人がついやってしまいがち」だからです。なぜついやってしまうかというと、「すぐにできるし、すぐにその効果が出やすいから」と思います。ただ「すぐにその効果が出やすい」と言っても一時的な効果で、継続して改善に向かうことは少なく、あったとしてもその20年後などに「自分の親にされてきたから…」と、後によくはない影響が懸念されます。そのような中、今回紹介する大きな理由は、「ステップ5はなるべく避けるため」「ステップ5を使うならステップ1から取り組んでいるかセルフチェックしてほしいから」です。今回はこの意図を考慮しながら読んでもらえたらと思います。

ステップ5 ～制限を設けるために～

【まずは今までのステップを使う】ほめられることを学ばずに罰のみ与えたら子どもの行動はますます悪くなりますし、ほめられる方法を知らない子どもは叱られてでも注目を得ようとします。そうならないためには、してほしい行動が出たら、もしくはしてほしくない行動をやめたら必ずほめることです。

【指示する】子どもと視線を合わせて平穏なしっかりとした声でしてほしいことをはっきりと伝える。「～しない?」「～しましょう」ではなく「～します」



【ブロークンレコード】→穏やかに同じ言い方を続ける。

例)「ノートを出します」「ノートを出します」…→「OK, 出せたね」(ほめる)

【警告と結果としての罰】

- ① 指示を出す
- ② 思い出させるために指示をくりかえす
- ③ 結果としての罰を警告する
- ④ 罰を徹底してやり通す
- ⑤ 代わりにしてほしい行動が起きたらほめる



【タイムアウト】

- ① タイムアウトの場所を選び集まっている場所の近くの部屋に椅子を置く。
- ② タイムアウトの時間を選ぶ(およそ1分×年齢)
- ③ キッチンタイマーを使う
- ④ タイムアウトを出す前に警告する
- ⑤ 行動が繰り返されたらタイムアウトを使う
- ⑥ タイムアウトを拒否されたら無視、ブロークンレコード、より重い罰の選択
- ⑦ タイムアウトの後は説教しない。簡単に「タイムアウトは終わりです」と言う。

【家族会で問題を解決する】 ※司会は支援者

- ① 問題を明確にし、可能な解決策を考える
- ② 会を設定する
- ③ 穏やかな声で、問題を明確に述べ、考えを尋ねる
- ④ 妥協・交渉を通して同意を得る
- ⑥ その後に会を持ち、うまくいっているかないか評価する

【公共の場で制限を設ける】まずは事前に無理のない計画をする。ルールを破ったらタイムアウト・罰があることを宣告する。タイムアウト・罰の必要が出てきたら確実に実行(家庭内や近所で実行しておく大きな場では避けることも)。

子どもも大人も楽になるようできるだけステップ1～4の方法で関わっていきたいですね。