

# みと 美都



御津南部小学校  
校長室だより  
令和5年9月11日  
No.19

9月4日シェイクアウト訓練

## 習慣化することで



意識が変われば行動が変わる。  
行動が変われば習慣が変わる。  
習慣が変われば人格が変わる。  
人格が変われば運命が変わる。  
運命が変われば人生が変わる。

有名な言葉があります。

これは松井秀喜さん（元メジャーリーガー）の座右の銘です。星稜高校時代に監督から送られた言葉です。意識が変わるには、よく、きっかけが大事と言われますが、校長先生は、きっかけは、どこにも、だれにもあり、自分が見聞きしたことを、きっかけとして、意識を変えるのか、行動を変えるのか、それ

は自分次第と考えます。そして、行動を変えたときに、そこに大きな壁として立ちちはだかるのは、行動を習慣に変えることだといつも思っています。

「習慣」とは、ある行動を定期的に無意識におこなっている状態のことで、「習慣化」とは、面倒だと感じることなく自然と身体が動いて行動できる状態のことを指す言葉です。習慣化できると、「その行動をするのが当たり前を感じる」「その行動をしない方が気持ち悪い」「違和感を覚える」などの変化が生じます。また、行動を習慣化させ、なにかを長期的に継続させられることは、ひとつの成功体験になります。そして、取組を続けてなにかを達成できた経験は、自己肯定感や自信を高めることにつながります。さらに高い目標にチャレンジできるようになるなどの好循環を生むことにもなります。

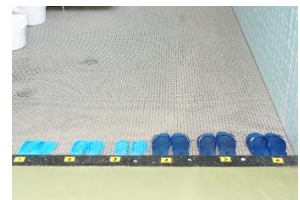
しかし、習慣化にかかる時間の目安は、ロンドン大学の研究では、飲食から運動までの一連の習慣にとりくんでもらった結果、習慣化されるまでに平均して66日かかったとされています。習慣化にはそれなりの時間がかかるようですね。ですので、続けること自体を目標にして、取組を続けることで、意欲の維持もでき、着実に結果に近づくこともできると思います。

## トイレスリッパ整とん大作戦



新学期が始まり、学校では、スリッパ整とん大作戦に取り組んでいます。学期のはじめあたり、全校で生活を整えよう、そして、お客さんを迎えることが多い2学期なので、いつお客さんがみえてもきもちよく感じてくれるようにいつもトイレをきれいにしておこうという目標をきっかけに、子どもたちが、意識をもって、行動にうつしてくれています。おかげでどのトイレも、スリッパがきれいにそろっています。

「そろえることが当たり前を感じる」「そろえないと気持ち悪い」と思えるよう習慣化しましょう。11月のけやき発表会の頃には習慣化されていそうです。



# 埴輪（ハニワ）づくりに挑戦 6年

9月5日（火）に、6年生が、地元で活躍する尾藤先生を講師に招き、埴輪（ハニワ）づくりに挑戦しました。このハニワづくり体験は、1クラスずつ、2回に分けて行います。

子どもたちは、粘土のかたまりをつぶして、薄く、やわらかくのぼし、家で用意したペットボトルにつけたり、巻いたりして形をつくっていきました。そして、腕や顔の体の部分をつくるために、粘土をつけたりけずったり、さらには、へらで上手に加工したり、衣服や飾りをつけ加えたりしていました。すてきな自分だけのオリジナル埴輪（ハニワ）が完成しました。6年生の子たちは、楽しそうに取り組んでいました。（はにわ男子）



## 通学路安全プログラム



先週水曜日、教育委員会が主導して行う「豊川市通学路交通安全プログラム」による通学路合同点検があり、学校教育課の指導主事、豊川警察書、市役所建設部や東三河建設事務所の関係者、校長会安全担当はじめ、多くの方々が、愛知御津駅の踏切の小中学生の通学の様子について実地調査をしていただきました。

今回の愛知御津駅周辺をはじめ、地域やPTAからいただいた声をもとにリストアップした校区の危険箇所について点検や検討をしていただいています。改善が必要な箇所については、必要な対策をとってくださるようお願いしています。



市制80周年記念グッズ「豊川豊クリアファイル」を全校のみなさんに配付しました。市制80周年を機に、もっと元気な豊川になるよう、盛り上げていきましょう。

御津南部小学校も、元気な子どもたち、元気な先生、元気な学校を目指していきます。



## 授業参観のお知らせ

今週末の9月16日（土）に、授業参観を開催します。9:00～9:45 各教室で行います。ぜひ、教室の中に入って、子どもの様子をご参観ください。

また、6年生の保護者の皆様には、授業参観に引き続き、修学旅行説明会を予定しています。体育館にて行います。