

# ふれあい明新

福井市灯明寺1-2101 TEL 22-8815 FAX 22-8896  
(カラー版は本校ホームページでご覧いただけます。)  
<http://www.fukui-city.ed.jp/meishin-e/>  
E-mail: meish-e@fukui-city.ed.jp



令和7年12月23日  
NO.4  
福井市明新小学校

## 学校保健委員会「怒りを上手に伝えよう！」

12月8日(月)に、学校保健委員会が行われました。今年のテーマは「怒りを上手に伝えよう!~アサーションとリラックス法で仲よく~」です。「アサーション」とは、相手を尊重しながら自分の意見や要求を率直かつ誠実に伝えるコミュニケーションスキルのことです。

5,6年生の保健委員会の子どもたちが、寸劇を交えながら「アサーション」について伝えました。友達に何かされたり、いやなことを言われたりすると腹が立つことがあります。この「怒り」の気持ちは誰にもある当たり前の気持ちです。しかし、この「怒り」をそのまま相手に伝えるとけんかになってしまったり、相手を傷つけてしまったりすることがあります。

反対に、我慢をして何も言わないままにしていると、相手には何も伝わらず、自分の心は傷ついたままになってしまいます。「アサーション」を心がけ、相手の気持ちも自分の気持ちも両方大事にしながら、自分の気持ちを伝えられるといいですね。

また、本校カウンセラーの石内奈々絵先生から、「リラックス法」を紹介していただきました。かちんときたら、まずは心を落ち着かせることが大事だそうです。怒りの気持ちのピークは6秒とのこと。深呼吸をしたり、ゆっくりと肩の上げ下げをしたりしながら、心の中で「1, 2・・・」と10くらいまで数えると、怒りの気持ちもダウンしてくるかもしれません。明新小学校の子どもたちのコミュニケーションスキルがさらに高まることを期待しています。

当日、一緒に参観していただきました保護者の皆様、ありがとうございました。



## 自分の命も周りの人の命も大切に

11月5日(水)に地震に伴う火災発生を想定した避難訓練を実施しました。12月8日(月)に「青森県東方沖地震」(最大震度6強)が発生しています。福井県内でも、12月に入り数回地震が発生しています。今後もいつ大災害が発生するか分かりません。

今回は、福井市の「防災アドバイザー」に避難の様子を見ていただいたり、アドバイスをいただいたりしました。防災アドバイザーさんから、子どもたちが避難時に、落ち着いて行動しているとの高評価をいただきました。ご家庭でも、災害時にはどのような行動をとるべきかを話し合ってくださいとありがたいです。



防災アドバイザーさんからお話

# 学校生活ギャラリー ～2学期前半(10月後半～12月)～

## 1年生「わくわく あきまつり」

・地区内の園児さんを招き、手作りおもちゃで一緒に遊びました。



## 2年生「校外学習～桜木図書館～」

・えちぜん鉄道を利用し、桜木図書館で活動しました。



## 3年生「味噌づくり体験」

・市内の味噌屋さんを招き、味噌づくり体験をしました。



## 4年生「校外学習～伝統工業～」

・越前和紙の里やうしの里会館で見学をしたり体験活動をしたりしました。



## 5年生「和楽器体験」

・明新地区内の方などを講師に招き、和楽器体験をしました。



## 6年生「修学旅行」

・京都、奈良、大阪に行き、世界文化遺産などを見学したり、グループ活動をしたりしました。



## 6, 7, 8組「交流学习」

・藤島中学校区のみなさんと、えちぜん鉄道などを利用したり、セーレンプラネットなどで一緒に活動したりしました。

