



ネガポジって・・・

校長 武市俊彦

盛夏の候、ますますご盛栄のこととお慶び申し上げます。

平素は本校教育活動にご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

15日からの通常登校から2週間少しが経ちました。ご家庭での子どもたちの様子はいかがでしょう。生活のリズムは、戻りましたでしょうか？ 心にしんどさをかかえてはいないでしょうか？ 気になる事がありましたら、担任までお知らせいただきますようお願いいたします。

先日、道德教育実践研究事業の研修会がありました。桃山学院教育大学 今宮信吾教授を講師として開催されました。研修会の中で「ネガポジ」というお話がありました。「ネガポジ？」と思いましたが、私が以前から知っていた「リフレーミング」と同じでした。リフレーミングとは、【物事を見る枠組み（フレーム）を変えて、別の枠組みで見直す】という意味です。辛い時や落ち込んだ時に使ってしまう言葉をリフレーミングすることで、モチベーションを取り戻すことができると言われています。研修会では「短所を長所に言い換える」というような説明をされていました。

「あきらめが悪い」これは、短所に見えますが、プラスに言い換えると「一途（いちず）な」ということになります。他にも例をあげてみると「陰気」→「調子に乗らない」、「おこりっぽい」→「感受性豊かな」、「おちょこちよい」→「フットワークが軽い」、「面白みがない」→「きまじめな」というようなことです。

リフレーミングには、『ものごとを見る視点をかえる』という力と、『新たな発見』に結びつける力があるように思います。

私は、ある番組、そして記事から知ったことがあります。臨済宗の山川宗玄老師が自らの修行のことを語りました。厳しい修行の中に「夜坐（やざ）：夜に座禅をすること」があるそうです。先輩が止めるまで自分は終わることはできない。とうとう夜中1時半になって終えようと思った。しかし、起床は3時半だから、「2時間しか」眠れない。ある日。なぜか、今2時だと分かって、「1時間半も休ませていただけるのか」という言葉が心の奥から浮かんできたとのこと。体も疲れ果てて腰も痛くて倒れてしまえば救急車で運んでもらえると思っていた自分が、なぜか倒れない。そして、「生きているのではない、生かされているのだ」ということ。それが言葉ではなく実感として分かったと言うのです。生きよう生きようと肩肘張っている小さな自分を超えたところに、自分が生かされている存在だという紛れもない真実があったと語っていました。

普通の生活では、山川宗玄老師のような体験はしないでしょう。しかし、大病や大怪我を乗り越えて「生かしていただいた命。大切にしよう。そして、人の役に立ちたい！」と考えた人は少なからずいるはず。今宮教授は、“できないことが多い今だからこそ、新たな挑戦を！”と若い先生方に伝えたかったのだと思いました。

我が子のこと、そして、自分自身のことを「リフレーミング」してみてもいいでしょう。

新たな発見につながったり、やる気がでたり・・・ するかもしれません。



学校もこんな時だからこそ、例年とは違ったやり方で挑戦しなければなりません。全てがうまくいくとは限りません。その時その時の状況で、検討を進めた上で「ベスト」ではなく「ベター」を探しながらの実施になることでしょう。この先のことが予想しにくい今だからこそ、「リフレーミング」を再度心においてみようと考えさせられる研修会となりました

個人懇談について

7月27日（月）～30日（木）の4日間で個人懇談を行います。
時間は13時30分～16時30分を予定しております。時間は10分程度を予定して
います。限られた時間になります。担任に伝えことや、知らせておきたいことなどをま
とめておいてください。よろしくお願ひ申し上げます。

給食・下校時間について

・授業時数確保のため、例年より給食実施日が増えた関係で
今年度に限り、8月も給食費のみ（3,126円）引き落とし
させていただきます。ご了承ください。

- 給食最終日：7月22日（水）
- 下校時間：7月27日（月）～7月31日（金）
⇒12時10分



健康について

学校閉鎖が続いた長い3ヶ月間でした。学校では、子ども
たちが学習に真剣に取り組み、休み時間には、子どもたちの
笑い声などが響き、本来のあるべき学校の姿を段々と、取り
戻しています。しかし、関東などを中心として新型コロナウ
イルスの流行の猛威はまだ衰えていないようです。そのため、
本校でも安心はしてられません。まだまだ油断せず、万全
の対策をしていきましょう。

帰宅後の手洗い・うがい・マスク着用についても保護者・
ご家族での声をかけ合う予防策もよろしくお願ひします。



7月中行事予定表

6	月	朝会	23	木	海の日
7	火	聴力検査（5年）	24	金	スポーツの日
8	水	聴力検査（3年）	27	月	個人懇談（12時10分下校）
9	木	聴力検査（2年） ★	28	火	個人懇談（12時10分下校）
10	金	聴力検査 （1年・ひまわり）	29	水	個人懇談（12時10分下校）
13	月	教育相談週間 【17日（金）まで】	30	木	個人懇談（12時10分下校） ★
15	水	色覚検査（4年）	31	金	終業式（12時10分下校）
22	水	給食最終日			

※毎週木曜日・・・職員定時退勤日（18時に退勤します）★印で表記

【8月の予定】

- 18日（火）始業式・大掃除
- 24日（月）給食開始
- 31日（月）委員会（9月分）

