

そう だん しつ 相 談 室 だより <第5号>

平成 20 年 11 月 19 日

たいとうくりつまつばしょうがっこう がっこうちょう やまね よしふみ
台東区立松葉小学校 学校長 山根 義文
きょういくそうだんしつ ふるかわ けいこ
教育相談室 スクールカウンセラー 古川 佳子



がくげいかい
～ もうすぐ学芸会！ ～

れんしゅう せい か ほっぴょう ひ まちか せま だいほん かたて もうれんしゅう かき
練習の成果を発表する日が間近に迫ってきました。台本を片手に猛練習を重ねて
いるクラス、最後の仕上げに取りかかっているクラスなど色々ありそうです。みなさ
んのクラスはどんな様子でしょうか。

さて、劇の練習でよく耳にするのは、「もっと大きい声で！」とか「はっきりと！」
という言葉です。大きな声を出しているつもりなのに実際には小さい声でモゴモゴと
……。そんな時、松葉小のある学年ではこんな練習をしていました。舞台から一番遠
いところ、体育館の入口にお友達が立って、そのお友達に聞こえるよう舞台から声を出
すという練習でした。

この練習は、一生懸命やっているのに上手くゆかないという時に応用できる、素晴
らしい方法です。努力しているのにどうも上手くゆかないという時に、目指すところ
は何なのかに立ちかえり、それをより具体的に表現し直して取り組んでみるという方法
なのです。

上の例では、観客のみなさんに聞いてもらえるようにという目的を、一番遠くにお
る人(友達)に聞いてもらうという、より具体的な形にかえて、取り組んでいました。

ここに取り上げた例だけでなく、学芸会は様々なことを学べる機会です。真剣に取り
組んで多くを学び、練習の成果が思う存分に発揮できる学芸会になるといいですね！



相談室の約束

ドアがあいているときは、「失礼します」と声をかけて入ってください。

誰でも自由にはいれます。

「めんだん中」の札が出ているときは、大切なお話をしています。

「めんだん時間」も出ていますので、違う時間に来てみてください。

☆☆ 次の授業や清掃の時間に遅れないようにしましょう！ ☆☆

保護者のみなさまへ



晩秋の色濃い季節となりました。一年中で最も忙しい年末年始もうすぐそこです。お子さん達にとっては、学芸会・クリスマス・年末年始と楽しい行事が続き、興奮しすぎて夜なかなか寝付けないといった季節だったり、また、6年生を抱えるご家庭では、来春の中学に向けて少しずつどこか緊張した雰囲気が増してくる季節かもしれません。

興奮や緊張感が取れず、夜、なかなか寝付けないといった時は、温かいミルクを少し召し上がってみてはいかがでしょうか。牛乳にはトリプトファンという必須アミノ酸が含まれています。トリプトファンは脳に運ばれて、沈静、催眠、精神の安定に効果を発揮するセロトニンという神経伝達物質をつくる原料となります。トリプトファンはバナナにも豊富に含まれています。お腹が空いて眠れないときの夜食によさそうですね。

===== 相談日のお知らせ 火曜・木曜です！ =====

「来室による相談」と「電話による相談」がございます。来室による相談はスムーズに対応させていただくために事前のご予約をお願いしております。

TEL 3841-2627 内線30番 教育相談室：スクールカウンセラー古川までもしくは、相談室前のポストの「そうだんよやくカード」にご記入ください。

相談室では秘密を厳守しております。お子様だけでなく、保護者のみなさまにもお気軽に安心してお立ち寄りいただける場としてご活用いただければ幸いです。

11月の相談日		12月の相談日		1月の相談日	
火曜	木曜	火曜	木曜	火曜	木曜
4	6	2	5(金曜)*	/	
11	13*	9	11	13	15
18	20	16	18	20	22
/		/		27	29

*12/5(金曜)は午後2時30分までです(研修のため)