



はなみずき学級だより

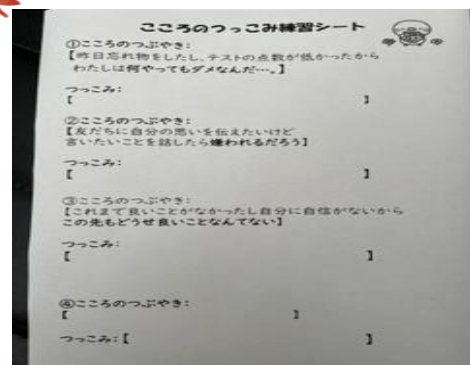
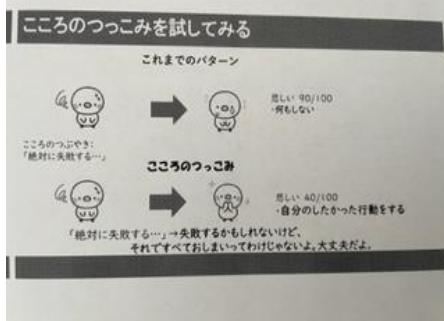
～海が見える学級で風にふれてみませんか～

第7号
2023年11月発行
上勝町・勝浦町・小松島市
教育支援センター

暖かい秋ですが、朝晩は少し冷えますね。体調に気を付けて、11月も元気に過ごせたらいいと思います。

10/11 リフレーミングの授業

カウンセラーの加藤先生が、「リフレーミング」について授業をしてくれました。「リフレーミング」とは、物事や出来事の枠組みを変えることで、別の視点を持てるという心理学の用語です。加藤先生はこのリフレーミングを「こころのつっこみ」と分かりやすく説明してくださり、子どもたちはストレスの捉え方についてワークシートを基に考えました。「ダメなんだ...」と思うより「私、辛かったな。」「大丈夫だよ。」など、一旦自分で自分に優しく声をかけてあげる練習をすることの大切さについて学びました。ソーシャルスキル向上のため、学級でも今後、具体的な場面を挙げながら、このようなトレーニングも取り入れていきたいと思っています。



11月の予定

11月 1日(水) 9:00～ はなみずき学級スクールカウンセラー 加藤先生 来級

松中 全学年 実力テスト

6日(月) 南中 1・2年 実力テスト

10日(金) 9:00～ はなみずき学級遠足 参加しない人は学級はお休みです。

15日(水) 3年 基礎学力テスト

(はなみずき学級で受験したい人は、担任の先生に相談してください。)

16日(木)～ 18日(土) 小松島中学校 修学旅行

17日(金) 市内小学校 臨休 ※はなみずき学級も小学生のみお休みです。

20日(月) 松中2年 代休 1・3年 遠足

24日(金) 松中スクールカウンセラー 佐藤先生 来級

28日(火) 南中 3年 中間テスト

29日(水) 30日(木) 南中1・2年 中間テスト, 松中3年 中間テスト

30日(木) 松中 全学年 中間テスト

♪遠足について♪

お知らせ

雨天時でも決行予定ですが、**雨具**を持参してください。かつ、雨天時は帰路も、徒歩下山ではなくロープウェイを利用することも考えています。予備費として、帰路の**620円(中学生) 300円(小学生)**も持っておいてください。