

一人ひとりのよさが輝き 笑顔と元気があふれる学校



## 沼影小だより

〒336-0027

さいたま市南区沼影 2-8-36

TEL 048(863)0777

10月号 さいたま市立沼影小学校

令和6年9月30日

沼影小学校ホームページ

<https://numakage-e.saitama-city.ed.jp>

10月の生活目標 本をたくさん読もう



## 「触れる」こと

校長 大森 恵美子

数年前、医療機器・医薬品のコマーシャルで、女性の看護師さんが「サナ サナ コリタ ドラナ」、「アライ アライ ウマリス カ」、「ペイン ペイン ゴーアウェイ」、「痛い痛い 飛んでいけ」と言いながら幼い子を撫でているコマーシャルがありました。けがや病気で痛い思いをしている子どもの痛みを和らげる各国のおまじないの言葉です。それぞれの看護師さんのあの温かな表情と優しい声にほっこりするとともに懐かしさを感じたものです。このおまじないには、科学的な根拠があるそうです。一つは「ゲートコントロール説」といい、痛い部位をさすったり圧迫したりする動作で痛みの情報が脳へ伝わることを抑えるのだそうです。二つ目は「プラセボ効果」といい、安心感から頭の中で痛みを軽減するネットワークが働き、痛みを抑える物質が頭の中で増えるのだそうです。子どものころ、転んだりぶつけたりして痛がっていると、母に「痛い痛い とんでいけ〜。ほうら、もう痛くないでしょ!」と撫でながら言われ、そんなものかと思いつつも、痛みが和らいだ経験を何度もしました。そして、私も教員になってから、低・中学年の担任だったころはもちろんのこと、高学年の担任のときにも薬を塗ったり撫でたりしながら「痛い痛い 飛んでいけ〜。」とおまじないをかけていました。「こんなので効くわけじゃない。」と言いつつもまんざらでなかった私より背の高い子どもたちの顔を思い出します。

ところが現代人は、「触れる」機会がどんどん減っているそうです。確かに仕事にしても在宅ワーク、オンライン会議などが定着し、遠方に行く必要もなく移動時間や経費が大幅に削減でき、効率的です。でも、私は、できたら対面で相手の表情や声のトーンなどに触れ、様々なものを感じ取ってコミュニケーションを図りたいと思っています。担任時代、保護者の方にお子さんのこと等を伝える際、文字だと一方的な情報発信になってしまいニュアンスを伝えきれないと感じた場合は、連絡帳ではなく双方向でやり取りができる電話、場合によっては距離が物理的にも近い対面を選び、直接お話をしてきました。また、個人面談で保護者の方とお話すると、お子さんへの思いにダイレクトに触れ、教室での子どもたちの些細なしぐささえも愛おしく思え、大事にしてあげなくてはと思ったのを覚えています。「皮膚は『心』を持っていた!」という本の著者、山口 創氏は、『直接会わない』コミュニケーションのデメリット」という項目の中で、「会えばその人の雰囲気や口調、息づかいから熱意まで感じ取ることができる。…(中略)…、互いに会うことによって、多かれ少なかれ、化学反応のようなものが起きるからだ。会話をしたときも、相手が目の前にいれば、相手の声を肌でも『聞いている。』」と述べておられます。この本を読み、直接的にも間接的にも「触れる」ことの偉大さを改めて感じました。

高齢の父母に触れることが最近多くなりました。そう言えば、子どもの頃は休みの日に父と手をつないで散歩をしました。母と一緒に風呂に入りながら1日の出来事をたくさん話していました。それらをいつからしなくなったのか…。現在、母は長期入院中なので、面会に行っては顔を触ったり腕を磨ったりしています。父からは、痛い首筋や背中に薬を塗ってほしいと頼まれます。肌に触れた時、体温を感じます。近づくと息づかいを感じます。皮膚のしわやしみの様子がよく見えます。ふと、父母がこれまで生きてきた長い時を感じ、優しい言葉をかけてないな…と思わず泣けてきます。化学反応のようなものが起きた瞬間なのでしょう。今度薬を塗るときには、「痛い痛い 飛んでいけ〜。」とおまじないをかけてあげようと思います。

## 行事予定

10月	朝	行事
1	火	生活朝会 5年館岩自然の教室(1日目)
2	水	5年館岩自然の教室(2日目) 3~6年6時間(GS)
3	木	GS 5年館岩自然の教室(3日目) あいさつ運動 放チャレ
4	金	GS
5	土	
6	日	
7	月	1年遠足(東武動物公園) 薬物乱用防止教室(6年)
8	火	図書朝会
9	水	消防署見学(3年) 委員会
10	木	GS あいさつ運動 安全点検日 歯科健診(3・4年・ひまわり) 13:15~
11	金	GS 教育相談日 代表委員会
12	土	
13	日	
14	月	スポーツの日
15	火	児童朝会 子ども服回収
16	水	クラブ 教育相談日 子ども服回収
17	木	GS 就学時健康診断 下校 10:45 子ども服回収
18	金	GS あいさつ運動 たてわりにこにこ遊び
19	土	土曜授業日 短縮日課3時間 ふれあいまつり
20	日	
21	月	
22	火	秋みつけ(別所沼公園) 1年
23	水	3~6年6時間(GS) 町たんけん(2年) 月曜時間割 修学旅行前健康診断(6年) 13:30~
24	木	GS あいさつ運動 放チャレ 歯科健診(1・2・5・6年) 13:15~
25	金	GS
26	土	土曜チャレンジ
27	日	沼影自治会大運動会 8:00~14:00
28	月	
29	火	
30	水	委員会 PTA 緑化ボランティア
31	木	GS つぼみの日(6年)

### <竜巻・水害訓練>

9月24日(火)、竜巻・水害を想定した訓練を行いました。竜巻・水害に備えて、垂直避難やシェルターのつくり方を実際に行いました。

### <館岩自然の教室>

10月1日(火)~3日(木)まで、5年生が館岩自然の教室に参加します。通学班の班長が不在になる班もありますが、安全に気を付けて登校するように、ご家庭でもお声がけをお願いいたします。

### <赤い羽根・ユニセフ募金>

10月8日(火)~10日(木)の3日間、児童会で赤い羽根とユニセフの募金活動を行います。趣旨にご賛同いただける場合は、登校後、持ってきた募金を募金箱へお願いいたします。

### <土曜授業日・ふれあいまつり>

10月19日(土)は土曜授業日です。ふれあいまつりに参加する児童は、3時間授業の後に参加することになります。参加する児童は、弁当持参になります。参加しない児童は、弁当を食べずに下校します。

### <歯科健診>

10月24日(木)に歯科健診を行います。通常5時間の日ですが、高学年は下校が多少遅くなることもあります。ご理解の程、よろしくお願いいたします。

### <校内音楽会>

11月1日(金)に校内音楽会を予定しています。午前中は全校児童、午後は保護者の観覧になります。詳細は後日お知らせいたします。

### <安全点検>

点検の結果、安全に関わる大きな異状は認められませんでした。

### <子ども服の回収>

内谷中学校の学習の一環として、「届けよう、服のチカラ」プロジェクトが行われます。本校にも、子ども服の回収BOXを昇降口に設置しますので、10月15日(火)~17日(木)の期間、60cm~160cmの使わない子ども服がありましたら、お子さんに持たせてください。

