下野市立石橋小学校　通級指導教室

たんぽぽ教室だより

令和８年度１１月号



実りの多い秋に

紅葉がきれいな季節になりました。朝晩、ずいぶん寒くなり、秋の深まりを感じる今日この頃です。１０月は、校外学習や陸上記録会が行われ、運動会練習も始まりました。様々な行事や活動、そして毎日の学習、生活などを通して、子どもたちは日々成長していると感じます。

たんぽぽ教室でも、後期に入って子ども達と新たな目標を立て、それに向けて頑張っていこうと話をしています。保護者の方の温かい声かけも引き続きよろしくお願いいたします。

１１月の行事予定

５日（木）運動会前日準備（4時間授業）
６日（金）運動会（４時間授業給食なし）
９日（月）運動会予備日（４時間授業給食なし）
１２日（木）交通安全教室
１９日（木）社会科体験学習（３年生）
２４日（火）全学年５時間授業
２６日（木）いのちのおはなし（２年生）
２７日（金）持久走記録会
３０日（月）教育相談週間（～１１日まで）
持久走記録会予備日

１１月　５日（木）の５～７校時は、運動会前日準備のため休室。
１１月　６日（金）は、運動会のため終日休室。
１１月　９日（月）は、運動会予備日のため**５～７校時**は休室。
１１月１２日（木）の５～７校時は、研修出張のため休室。
１１月２４日（月）の５～７校時は、研修出張のため休室。
１１月２７日（金）は、持久走記録会、研修出張のため終日休室。
※１１月も休室が多く、ご迷惑をおかけします。

社会性を育む「ソーシャルスキル」のポイント

今月は、子どもたちが学校や地域社会の中で、周りの人とスムーズに関わるための力「**ソーシャルスキル（社会性）**」についてご紹介します。

通級指導教室でも、「自分の気持ち（イライラなど）を上手にコントロールする方法」や「相手と気持ちよくやり取りする（上手な誘い方・断り方、相手の話を聴く姿勢など）」などを、一人ひとりのペースに合わせて練習しています。

今回は、「感情のコントロール」についてです。自分のイライラや悲しみに振り回されてしまうと、周りの人と心地よい関係を築くことが難しくなります。通級指導教室では、次の3ステップを練習しています。

① 気持ちに気づく：「今、怒っているな」と自分の心に目を向け、気づけるようにします。
② クールダウン：深呼吸・水を飲むなど、自分が落ち着ける方法をいくつか考え、心を落ち着かせます。
③ 言葉で表す：落ち着いてから「〇〇が嫌だった」と言葉で伝えることができるようにします。

悔しい、悲しいという感情を持つのは自然なことです。大切なのは「その後の行動」です。ご家庭でも、お子様が自分で気持ちを切り替えられたときは、「自分で落ち着けたね」とたくさんほめてあげてください。