



せきなん

令和8年度 10月号
令和8年9月24日発行
武蔵野市立関前南小学校
校長 曾我 泉



学校ホームページ
QRコード

「アンガーマネジメント ～学校保健委員会講演会より～」 校長 曾我 泉

9月に行われた学校公開には、多くの皆様にご参観いただきました。ありがとうございました。1学期と比べて、どのような変化が見られたでしょうか。つついできていないことが気になりがちですが、がんばっている姿や成長している様子、意外な面も見られたかもしれません。お子さんが自分でがんばっているという姿を見つけ励ましていただくと、次の挑戦につながります。学校でがんばっている様子をおうちで聞いてみてください。

さて、学校公開の4時間目は学校保健委員会としてアンガーマネジメントの講演をしていただきました。

アンガーマネジメントという、怒ってはいけないと思われがちですが、そうではなく、「怒り」で「後悔しないこと」とのお話がありました。

怒らせるものの正体は、一人一人の価値観である「～はこうあるべき」という考え型だそうです。「べき」は、自分にとっては正しく、「べき」という価値観で大事なものを守ろうとして怒りにつながります。けれど、人によって「べき」は違います。「アンガログ」や「べきログ」をつけて分析し、自分の怒りについて考えると、自分は何を大事にしようとしているのかがわかるそうです。怒りの感情は悪いことではないけど、「反射」的に怒らないように気をつけたいとお話もありました。「反射」的に、「どうして!」とお子さんに怒ってしまい、寝顔をみながら後悔したことはありませんか?

もしお子さんに対してイラッとしたら、まずは深呼吸をして「6秒」数えて待ってみましょう。そして、「何でできないの!」と怒りをぶつける(反射する)代わりに、「早く帰ってこなくて心配だったんだよ」「次はこうしてほしいな」と、ご自身の「本当の気持ち」や「リクエスト」を言葉で伝えてみると、イライラした自分に後悔することも減りそうです。

そして、子供にも子供自身が大切にしている「べき」があります。子供たちにアプローチするときには、①事実(何があったか)、②言動(きみはどうしたのか)③気持ち(怒りの裏にある気持ち)④欲求(どうしてほしかったのか)を子供が整理できるように聞いていくことが必要だそうです。

アンガーマネジメントを知っておくことで、コミュニケーションが豊かになることにつながると考えさせられる講演会でした。

[武蔵野市立関前南小学校](#)ホームページ

開かれた学校づくり協議会 報告

9月12日に行われた開かれた学校づくり協議会では学校評価の項目について話題になりました。今年度の学校経営方針をもとに、児童・保護者・教職員で学校評価を通して今年度の様子を振り返り、次年度の方針に生かしていきます。

ひかり輝け この広場から 【55周年記念集会】

9月12日に55周年記念集会を行いました。運営委員会を中心に児童会議で各委員会が相談し、進行を考えました。

運営委員会は、はじめの言葉や終わりの言葉、司会を担当しました(一部クイズも)。集会委員会は「関前南小へ行こうよ!」ゲームで盛り上げました。

各委員会で考えた3択クイズは、それぞれの委員会の様子が見える内容でした。委員会で準備をしている様子を見て回ると、どの委員会も6年生が前に立ち進んでおり、6年生のリーダーシップと主体的に学校行事にかかわろうとする姿が見られ、頼もしく感じました。みんなに楽しんでほしい!そんな高学年の思いが伝わってくる集会になりました。

10月は6年生が考えた航空写真の撮影を実施する予定です。



【開校 55周年】土俵

関前南小学校の特色である「土俵」は、昭和61(1986)年に完成しました。当時の子供たちが工事の残土を活用して相撲で盛り上がりつつあったことから、市が協力して作っていただきました。

当時は、地域の方が相撲について詳しく教えてくださったそうです。また、行司の衣装も地域の方が製作してくださり、今も使われています。

今年度も10月に関前場所を開催します。関前場所は始まったころから、地域の方々のあたたかさや保護者の皆さんの声援やお手伝いなどの支えによって、子供たちの熱い取組につながっています。

一対一の真剣勝負、勝負に真摯に向き合う子供たちの姿を見守ってください。

関前場所について、「月刊 武道」で取り上げていただきました。