



## レジリエンス (Resilience)

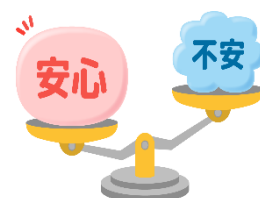
副校長 山川 元一

史上最も遅い猛暑日を記録するなど、夏休みが明けても厳しい残暑が続いた 9 月でしたが、秋分の日を過ぎた辺りから、ようやく過ごしやすい気候になりました。WBGT 計の数値もガクンと下がり、外での体育や休み時間の外遊びも可能になりました。運動会の練習も始まり、子どもたちの躍動する姿が見られるようになりました。

ところで、先日テレビを見ていると、最近「レジリエンス(回復力・適応力)」が注目されていると話題に上っていました。背景として、時代が新型コロナウイルスの拡大やウクライナ情勢のような予測困難な事態が多発するようになる VUCA(ブーカ: Volatility(変動性)、Uncertainty(不確実性)、Complexity(複雑性)、Ambiguity(曖昧性)の頭文字)の時代になっていることが言われています。

個人や組織が精神的なストレスや危機に直面したとき、それに適応し、立ち直り、さらに成長する「回復力」が求められるのですが、それがこの「レジリエンス」ということになり、「レジリエンス」は、誰もがもっている心の力でもあります。

いろいろな出来事で気持ちが落ち込んだり、イライラしたりして心の健康が下がっても、そこから回復していくことができるのです。その「レジリエンス」を高めるポイントは、以下のように言われています。特に「変化を受け入れる」ためには、「自分は家族や友人、周りの人に支えられている、いざというときにはみんなに必ず助けてもらえる」という信念をもつことがとても大事になってきます。



- ☆家族やまわりの人たちとの絆を作ること
- ☆自分の感情に気づき、表現すること
- ☆変化を受け入れること
- ☆問題解決のスキルを身に付けること
- ☆楽観的であること
- ☆自分の強みを発見すること
- ☆規則的な生活習慣をつくること
- ☆ネガティブなつづやきを前向きなものに修正すること



(埼玉学園大学教授 小玉正博氏「レジリエントな子に育てるために親と教師に求められること」より)

日頃から保護者の皆様には、子どもたちの登下校の送り迎えをしていただいたり、地域の皆様には子どもたちの安全を見守っていただいたり、温かくあいさつや声かけをしていただいたり・・・と、学校生活において子どもたちの「レジリエンス」を高めることに多くのご協力をいただき、誠にありがとうございます。子どもたちの成長のために、今後も教職員が一丸となって取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

## 10月の行事予定

※10月の避難訓練は予告なしで行います。

| 日  | 曜 | 行事予定                            | 日  | 曜 | 行事予定                              |
|----|---|---------------------------------|----|---|-----------------------------------|
| 1  | 水 | 午前授業 都民の日 安全指導<br>小中一貫教育の日(長沼小) | 1  | 木 |                                   |
| 2  | 木 |                                 | 17 | 金 | 図書ボラ読み聞かせ                         |
| 3  | 金 | 全校練習② 落語教室(4・5年 5H)             | 18 | 土 |                                   |
| 4  | 土 |                                 | 19 | 日 |                                   |
| 5  | 日 |                                 | 20 | 月 |                                   |
| 6  | 月 |                                 | 21 | 火 | 平井先生によるコンサート(全学年)<br>ニッスイエ場見学(3年) |
| 7  | 火 | (全校練習②予備)<br>あいさつ運動 美化デー        | 22 | 水 | 午前授業                              |
| 8  | 水 | 運動会係児童(5・6年 5校時)                | 23 | 木 |                                   |
| 9  | 木 | 運動会リハーサル                        | 24 | 金 | 図書ボラ読み聞かせ                         |
| 10 | 金 | 前日準備(5・6年 5校時)<br>1～4年午前授業掃除なし  | 25 | 土 |                                   |
| 11 | 土 | 運動会                             | 26 | 日 |                                   |
| 12 | 日 |                                 | 27 | 月 | 自転車安全教室(3年)<br>打越中合唱祭見学(6年 5・6H)  |
| 13 | 月 | スポーツの日                          | 28 | 火 | 5年5時間授業                           |
| 14 | 火 | 振替休業日                           | 29 | 水 | ハケ岳移動教室始(5年)                      |
| 15 | 水 | 委員会                             | 30 | 木 | ハケ岳移動教室終(5年)                      |
|    |   |                                 | 31 | 金 | 全校朝会 昼ロング                         |

※会計中間監査 10月29日10:30～ 監査中はPTA事務室の使用は不可となります。

※10月10日(金)は運動会の前日準備のため、放課後子ども教室はお休みとなります。  
朝の子ども教室は、通常どおり実施いたします。

## 〇令和7年度運動会について

【日時】

10月11日(土) 8:30～12:10(予定)

※雨天の場合、11日(土)は休み、12日(日)に実施します。

※12日(日)が雨天の場合、午前授業(月曜日の時間割)を実施します。給食はありません。

13日(月)、14日(火)は休みとなります。

※以降15日、16日、17日…と順延になります。運動会実施の場合は、給食があります。

## 〇タやけチャイムの時間変更について

10月1日からタやけチャイム(八王子市の無線機能の点検を兼ねた小中学生の帰宅を促す放送)の放送時間が以下のように変更になります。

変更期間：令和7年10月1日～令和8年2月28日

変更期間中の放送時間：午後4時

## 〇台風等、大雨のときは、ご注意ください

台風等の激しい雨により、校庭に溜まった雨水が東門から階段下へ流れ込むことがあります。学校ではその都度、東門前の側溝内の砂をかき出していますが、本校の校庭の形状や傾きの関係で、大雨のときは、東門の階段に大量の水が流れてしまい危険です。学校では状況に応じて東門を閉鎖することがあります。その際は、正門からの登下校となります。児童の安全確保のため、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 不登校の子どもたちを支援する学校等の説明会

八王子市には、「高尾山学園」をはじめ、不登校の子どもたちを支援する学校等がいくつかあります。指導内容やスタッフ、申込みのシステム等にそれぞれ特色があります。

そこで、お子さんの状態や必要性に応じてご利用いただくために説明会を開催致します。どうぞお気軽にご参加ください。

1. 対 象      市内在住で小・中学生の保護者
2. 日 時      10月4日（土） 午前10時から正午
3. 会 場      八王子市教育センター 大会議室
4. 内 容      (1) 高尾山学園・適応指導教室・総合教育相談室の概要説明  
                 (2) 教育センター内見学  
                 (3) 各施設の利用に関する相談
5. 定 員      100名(先着順)
6. 受 付

こちらの2次元コードからお申し込みください。インターネット環境がない場合は、電話による申し込みも可能です。下記の電話へご連絡ください。

<https://logoform.jp/form/iapr/1129079>



7. 問合せ・電話での申し込み

高尾山学園内 教育指導課登校支援担当電話：663-3216