

# きょういく さど



令和5年12月21日

第91号

佐渡市教育委員会

学校教育課

## 心の健康づくりのために

学校教育課長 柳澤 正二

精神疾患（こころの病気）は、がんや心臓病と並び5大疾病の一つと位置付けられており、多くの方がメンタルヘルス不調に悩まされています。

職場でメンタルヘルス不調が起きるストレス要因として大きいのは、仕事そのものだけではなく職場環境や人間関係が大きく影響します。そこに個人の性格や、職場外の要因が加わって、ストレスが心や身体・行動の不調として現れ、「ストレス反応」へと進んでいくと言われています。

メンタルヘルス研修を受講すると、対策の基本として、セルフケア（自分のために行うケア）と、ラインケア（管理職の立場にある者が、部下である者に対して行うケア）が必要であると言われます。人事院の「職員の心の健康づくりのための指針」では、①「心の健康づくりの重要性を認識し、休養や運動で積極的に心身の健康に努める」、②「研修受講、自己啓発によりストレスに関する知識の研修に努める」③「ストレスチェック、趣味・スポーツなどにより、ストレスコントロールを行うようにする」④「心配なことがあるときは、積極的に相談窓口、同僚、友人等に相談して、早期の対応に努める」とあります。これらは一人でもできることもあれば、周囲からの助けが必要なものもあると思います。責任感の強い方ほど、自分から周囲に助けを求めずに一人で抱え込んでしまいがちですが、そうして限界を迎えてしまってから対処するのでは遅いのです。ストレスチェックにより、職員自身がストレスに気づき、セルフケアを行うとともに、上司や同僚のラインケアにより心の健康づくりに取り組んでいきましょう。

## 「当たり前」の反対は「ありがとう」

管理主事 本間 智英

様々な行事があった2学期。子どもの成長がたくさん見られた学期になったことと思います。ありがとうございました。

さて、突然ですが、「当たり前」の対義語は何かご存じですか。「当たり前」の反対は「ありがとう」だそうです。「ありがとう」は、「有り難し」が語源です。「有ることが難しい」からこそ、有り難いことなのだという意味です。

世の中には、当たり前と思うことがたくさんあります。そのため、忙しい毎日を過ごしていると、ついつい見逃したり見過ごしたりすることが多いかもしれません。しかし、東日本大震災やコロナ禍など非日常の状況になると、当たり前であることの有り難さを実感し、当たり前感謝をします。

人は、誰かから感謝されると、向社会的行動（自発的に他者のためになることをしようとする行動）が促されます。そして、感謝された人はポジティブな感情になり、誰かに同じような感情を返したい気持ち（ポジティブ感情の返報性）が生まれるそうです。また、感謝されるだけでなく、自分が誰かに感謝の気持ちをもつことでも向社会的行動を促進させる\*そうです。

お忙しい毎日であることは百も承知していますが、時々、立ち止まって「これは当たり前？」と問うてみませんか。当たり前と思っていたことを問うことで、今までと違った気づきがあるはず。そして、その気づきにより、相手への言葉かけや対応がこれまでとは違ったものになることでしょう。

「ありがとう」という言葉があふれる学校は、きっと教職員の皆さんの笑顔、子どもたちの笑顔につながるはず。教職員の笑顔があふれる学校に！

## 人権教育、同和教育に関する授業の取組

教育指導主事 庄山佳代子

10月30日に相川中学校で、人権教育、同和教育に関する授業公開が実施されました。相川中学校には「児童生徒支援加配」が配置されており、全校体制で人権教育、同和教育に取り組んでいます。その一環として、授業を公開していただきました。テーマは次の通りです。

1年：「差別を生まないために自分たち一人一人にできることは何だろう」

2年：田中さんの悩み～みんなが自分らしい服を着れたらいいのに～「身近にある人権問題④～LGBTQ+について～」

3年：「マリアナさんのなやみ～ルーツに関係なくみんなが仲良くするには？～」

先生が課題をしっかり把握させた後、生徒たちはグループで話し合ったり、ムーブノートを使ったりして考えを出し合っていました。生徒が自分事としてとらえさせるための手だてや考えを出させるための手だて等、参加した先生方とともに学ばせていただきました。協議会では活発に意見が交わされました。

同和問題に関する授業を進めることに自信が持てない、間違ったことを教えてしまうのではないかと考えたためらう、そんな職員が多いことが教員の意識調査からも分かっています。

「生きる」シリーズを使用することも授業を実施するための方策の1つです。児童生徒に人権感覚を養うことを目的としながら、教師自身の人権意識も問いなおしていきたいものです。

## GIGA スクール構想の目指すもの

指導主事 小田 俊裕

GIGAスクール構想による一人一台タブレット端末が全児童生徒に配布されて、3年目となりました。今年度の学校訪問で参観した授業では、児童生徒が当たり前のようにタブレット端末を使って自分の意見をまとめてクラウド内で共有したり、テレビ会議で外部講師とやり取りをしたりする姿が見られました。また、校内で活用するだけでなく、児童生徒に端末を持ち帰らせ、家庭学習で活用させたり、学校と家庭との連絡手段として利用したりする学校も増えてきています。

そんな中、一人一台端末の利用状況に自治体ごとの差や学校間の差だけでなく、教員によってその使用状況に差があるということが話題となっています。端末を利用しない教員の理由として「自分の授業スタイルには必要ない」というものがあるそうです。果たして本当に必要ないということがあるのでしょうか。確かに、一昔前のように教師主導の一斉授業中心であれば、一人一台端末の必要性も感じないことでしょう。しかし、指導の個別化・学習の個性化が進み、個別最適な学びと協働的な学びの一体的充実を目指そうとすれば、一人一台端末は必要不可欠なものとなるはずで、佐渡市では令和5年度から授業支援ソフトやAIドリルも導入しました。是非とも積極的に活用していただき「主体的・対話的で深い学び」を実現する授業改善と一人一台タブレット端末の活用促進を一体的に進めていただきたいと思います。

GIGAスクール構想とは、全ての子どもが、コンピュータを適切に活用して問題解決を行うことを学び、未来を切り拓く力を育てることを目的としています。すべての子供が日常的にコンピュータを活用できるようにするために一人一台端末は整備されました。子どもたちのコンピュータを使用する経験の差によって、将来の情報活用能力に影響がないように「学校によって」、「学級によって」その活用経験に差が生まれ、将来的な「情報活用能力」にまでも差が生まれないように、端末の日常的な活用を目指していきましょう。

## 道徳教育の抜本的改善・充実に係る支援事業 <道徳教育研究発表会 11月10日 於：赤泊小学校>

11月10日(金)に赤泊小学校で道徳教育研究発表会が行われました。

研究主題 「願いをもち なりたい自分になるために 学び続ける子どもと教師」  
～p 4 cを生かした授業と対話の分析をとおして～

赤泊小学校では教育活動全体にp 4 cの手法を取り入れて、子どもたちのもつ

「問い」を大切にして「特別の教科道徳」の時間だけでなく、各教科や特別活動等々、様々な場面で対話を生かした教育活動を展開していました。

