



## 誰もがハッピーになれる法則



ようやく秋らしい爽やかな澄んだ空気が満喫できる頃となりました。「天高く馬肥ゆる秋」と言われますが、高く広がる青空を見上げると気持ちも上がってきます。

さて、「ハッピーあふれる最高の藤山小学校」にするために、毎日「ハッピー」があふれるためにどうすればよいのか研究しています。最近読んだ雑誌に「脳科学が明らかにした『誰もが幸せになれる法則』」という記事が載っていました。その記事によると、

(抜粋) ハーバード大学の研究によれば、どんな境遇で生まれ育とうと幸せで豊かな人生を送る人には、たった一つの共通点があると言います。それは、『心温まる、心を一つにできる人間関係を保ち続けられること』です。

と、述べられていました。様々なスポーツシーンを振り返ってみると、仲間と心を一つにすることでみんなの知性が合わさり、心癒される脳の状態で心が整えられ、驚異的な成果が発揮できた場面がいくつも思い出されます。

そうなるための方法も一緒に述べられていました。

①感謝の気持ちをもつ ②前向きになる ③仲間と心を一つにする ④利他の心をもつ ⑤マインドフルネスを実践する . . .

①～④は言い方こそ違いますが、実はどれも日ごろから子どもたちに声をかけていることばかりです。

特に「②前向きになる」では、6年生が「リフレーミング」の授業を受け、短所を長所に捉え換えていました。短所を長所に捉え換えるだけでとてもハッピーな気持ちになります。マインドフルネスの授業も今後予定されています。楽しみですね。

この脳の働きはトレーニングでどんどん磨かれ、脳の膨大な神経細胞の活性化につながるのだそうです。

誰もがいつからでもできそうなことばかりです。お金も道具も要りません。みんな、ますますハッピーあふれる人生にしていきましょう。

(引用 致知 11月号)

## 地域元気応援隊ジュニア！！大活躍

先日、藤山校区ふるさと祭りが盛大に開催されました。そこで、6年生の地域元気応援隊ジュニアも大活躍！！育成会が出店された綿菓子コーナーにて上手に綿菓子を作っていました。5年生と3年生の有志も運動会のダンスを披露し、地域に元気をたくさん届けてくれました。

地域のために、みんなの笑顔のために、まさに「利他の心」をもって頑張っていました。



# 11月行事予定

日	曜	学校行事	給食
1	水	全校朝会 小中一貫教育協議会(藤山小)代表 クラス以外下校 13:00 将棋教室 13:00	○
2	木		○
3	金	文化の日 宇部市児童作品展覧会(～5日)	
4	土		
5	日		
6	月	3年社会見学	○
7	火	6年宇部高専出前授業 藤山中里帰り事業 5・6校時	○
8	水	委員会活動⑦ 栄養指導3年 読み聞かせ(1・4・5・6年) カルタ教室	○
9	木	5年社会見学 SC来校	○
10	金	子育てサロンまちなか Bebe 10:00	○
11	土		
12	日		
13	月	教育相談週間(～27日) クラブ活動⑥ 下水道施設見学4年	○
14	火	がんばりカード週間(～21日)	○
15	水	参観日(2校時) 囲碁教室	○
16	木	就学時健診 下校13:00	○
17	金	特別支援学級演劇教室	○
18	土		
19	日		
20	月		○
21	火		○
22	水	4年UBE ビエンナーレ鑑賞授業 全校授業研究5-2(5校時) 5-2以外13:00下校 読み聞かせ(2・3年) プラタナス教室 13:00	○
23	木		
24	金	あおぞら号来校 避難訓練 引き渡し訓練(1・2年)	○
25	土		
26	日		
27	月	クラブ活動⑦(4年見学) 拡大運営協議会(鶴ノ島小) 18:00	○
28	火	スタンプラリー集会	○
29	水	持久走大会前日準備 プラタナス教室	○
30	木	持久走大会 SC来校	○



# 12月主な行事予定

- 4日(月) 持久走大会(予備日)  
代表委員会(募金)
- 5日(火) フロンティア大学参与参観
- 6日(水) 委員会活動 将棋教室
- 7日(木) 薬物乱用ダメゼッタイ(6年)
- 13日(水) カルタ教室
- 15日(金) 学期末特別時程(下校13:00)
- 18日(月) 学期末特別時程(下校13:00)
- 19日(火) 学期末特別時程(下校13:00)
- 20日(水) 学期末特別時程(下校13:00)  
学期末個人懇談会①
- 21日(木) 学期末特別時程(下校13:00)  
学期末個人懇談会②  
給食終了 SC来校
- 22日(金) 終業式
- 23日(土) 冬季休業～1月8日(月)



## 藤山中学校区総合防災訓練 1・2年児童引き渡し訓練

11月24日(金)に藤山中学校及び藤山校区自主防災会とともに、大雨を想定した避難訓練を予定しています。避難訓練後、1・2年生を対象に保護者への児童引き渡し訓練を実施する予定です。1・2年生の保護者の皆様には、後日詳細をお知らせします。



昨年の様子



10月22日(日)ふるさとまつりで、3年生と5年生の有志44人が運動会の演技を披露しました!

## 11月30日(木) 持久走大会スタート時刻(駐車場は、藤山中学校運動場)

3年女子	8:45	3年男子	8:46	4年女子	9:10	4年男子	9:11
1年女子	9:35	1年男子	9:36	2年女子	9:50	2年男子	9:51
5年女子	10:05	5年男子	10:06	6年女子	10:35	6年男子	10:36