すだちだより　１１月号

令和８年１１月２日　第３４６号
発行　徳島市教育研究所　徳島市幸町２丁目５番地　℡621-5432
すだち学級　℡:623-5150　E-mail:sudachi@tgn.tcn.ne.jp



すだち学級
キャラクター
「すっちゃー」

朝夕の気温がぐんと下がり、山の木々が色付きはじめ、季節の移り変わりを感じます。すだち学級では、これまでに、校外活動をはじめとして様々な活動を行っています。通級生は、すだち学級での学習に加え、これらの活動への参加や「すだち祭」に向けての準備を進める中で、心身共に成長しています。

音楽実習

９月25日（金）の音楽実習では、徳島県内を中心に活躍されている音楽グループ「overlap（オーバーラップ）」のメンバー3名にお越しいただき、演奏していただきました。3名の息の合った楽しい演奏に、通級生や職員も惹き込まれていきました。また、イントロクイズやすだち学級オリジナルテーマソングを通級生と共演する機会もあり、笑顔と笑い声で溢れた素敵な時間となりました。終演後の楽器体験の時間では、楽器の使い方や音色に興味をもった通級生もいました。









秋の校外活動

１０月２日（金）の校外活動では、通級生に人気のある「あすたむらんど徳島」へ行きました。子ども科学館では、宇宙・地球・生命・環境などをテーマにした体験や見学を通して、楽しみながら科学に親しみました。冒険の国では、大型の遊具やアスレチックに挑戦して、心地よい汗を流しました。通級生同士で仲よく楽しく交流し、笑顔いっぱいの充実した一日となりました。









避難訓練

１０月８日（木）に、今年度2回目の防災学習・避難訓練を実施しました。地震・津波の起こる仕組みなどについて学んだ後、今回は、2次避難場所の鳴門教育大学附属中学校まで歩きました。どの通級生も真剣に訓練に取り組んでいました。









すだち祭

10月31日（土）に「すだち祭」を開催しました。当日は、通級生の保護者や在籍校の先生方、関係者の皆様など、たくさんの方に御来場いただき、心温まる言葉がけやメッセージをいただきありがとうございました。すだち祭で学んだことを今後の生活に生かしていき、みんなで成長していきたいと思います。



１１の行事予定

１１月２日（月）すだち祭代休日
４日（水）すだち祭予備日
６日（金）すだち祭を振り返って
１１日（水）ふれあいスポーツ（体育館）
１３日（金）いきいきタイム
１６日（月）いきいきタイム
１７日（火）英語活動
１８日（水）ふれあいスポーツ（田宮陸上競技場）
予備日：２５日
２４日（火）すだちタイム（食育）

～いきいき未来サポーターより～



「苦手なこと」について

すだち学級で行う個人面談（いきいき面談）では、「苦手なこと」についても質問します。この質問に対する通級生の回答には、「英語ができない」や「数学が苦手」などの学習面に関することが多いです。しかし、中には「人前で話すこと」や「大勢の人がいるところ」などの行動面に関する回答をする通級生もいます。

よく苦手なことに対して、「劣等感がある」とか「コンプレックスがある」と言いますよね。このコンプレックスは、正確には「劣等感コンプレックス」と言われるもので、ベストセラー『嫌われる勇気』でお馴染みのアドラーが提唱した概念です。さらに、アドラーは「劣等感」と「劣等感コンプレックス」は、異なると述べています。例えば、生まれつき身体が弱く、運動が苦手だと「自分は運動ができない」と考え、劣等感を抱きます。アドラーは、そのこと自体は問題と考えませんでした。なぜなら、「運動はできないけど、音楽や勉強で頑張る」とか「運動が苦手だからこそ、頑張って克服する」（一流のアスリートが幼少期には病弱だったというのはよく聞く話です）と、劣等感を成長のバネにすることができるからです。

一方、それに対して、運動が得意な人に「運動しかできない」と攻撃的になったり、「ぼくは、ボール遊びは苦手だ。だから外遊びはしない」と苦手なことを言い訳に使ったりすることをアドラーは、劣等感コンプレックスと名付け、日常生活で様々な支障を来すことから、こちらを問題視しました。

いきいき面談でも、通級生にとって苦手意識が、劣等感なのか、それとも劣等感コンプレックスなのかを慎重に聞くようにしています。その上で、例えば、「英語の単語を覚えるのか苦手」という通級生には、「英語の単語を勉強できる無料のアプリがあるよ」とか、「人前で話すことが苦手」という通級生には、「人前に出る前に大きな深呼吸をすると良いよ」とアドバイスをしています。ちなみに、私には「できないこと」「苦手なこと」が山のようにありますが、その中でも、リズム感が全くないので、ダンスも含めて音楽関係はできません。

☆いきいき未来サポーターは、すだち学級常駐のカウンセラー（学校でいうスクールカウンセラー）です。
ご利用の際は、すだち学級へお電話ください。（TEL：623-5150）