七色ルームだより

令和８年１０月１３日
清瀬市立清瀬第七小学校
校長　　吉田　有子
SC

七小のみなさん、学習発表会が終わりました。とてもすてきな発表でした。６年生の発表では、ディズニー『インサイド・ヘッド』のお話がありましたね。今回は、みんなの頭の中の感情について考えてみましょう。

★『インサイド・ヘッド』のように、頭の中にはたくさんの感情がある！

下の絵のように、みんなの頭の中にはたくさんの感情がいつもかくれています。感情には２つのとくちょうがあることを知っておくと、感情を上手にコントロールできるようになるよ★

とくちょう１

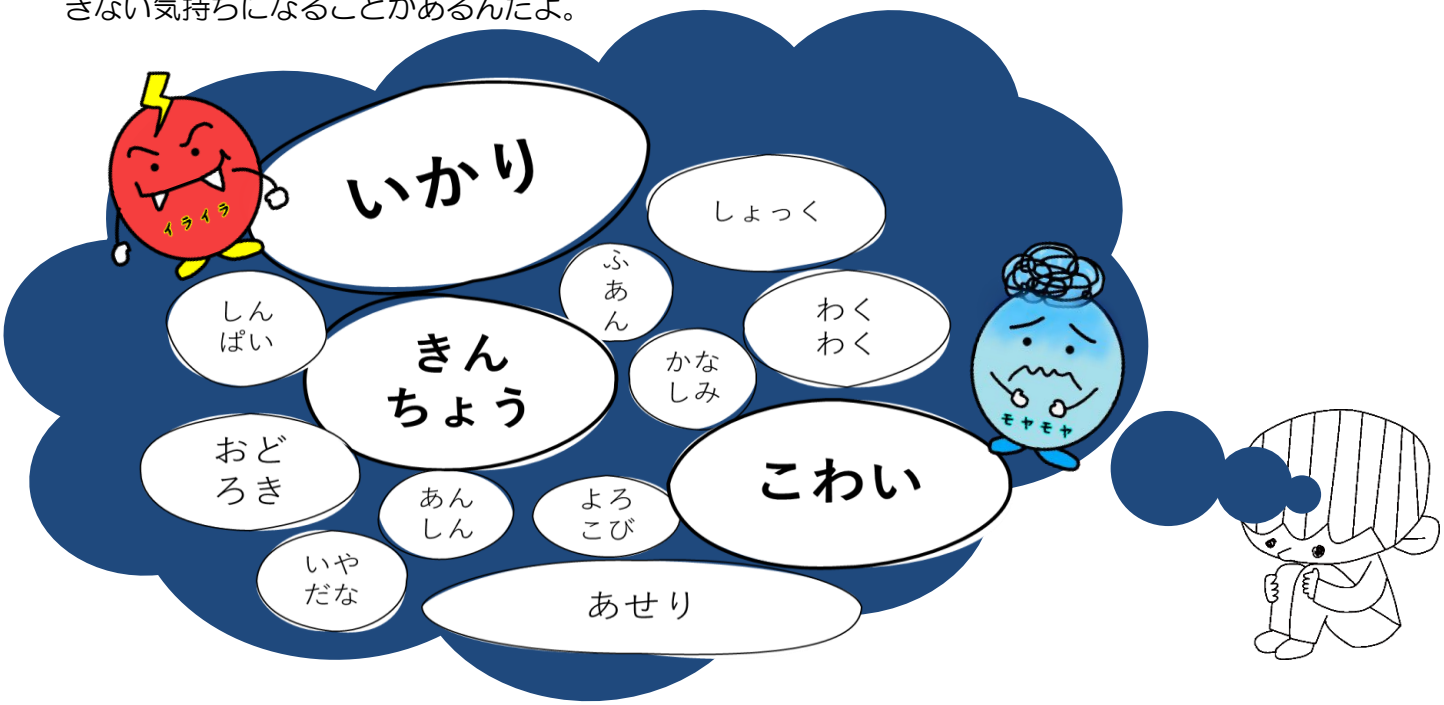
いろんな出来事によって、さまざまな感情が大きくなったり、小さくなったりするよ！
また、人によっても大きくなる・小さくなる感情がちがうよ！

たとえば、「テスト前」にふあんが大きい人もいれば、「友達と話すとき」にふあんが大きくなる人もいるよ！また、テスト前に『ふあん』が大きい人もいれば、『わくわく』が大きくなる人もいるよ。出来事や人によって感情は変わるんだね。となりの人やおうちの人にも聞いてみよう！

とくちょう２

感情は2つ、3つが同時に大きくなったり、小さくなったりすることがあるよ！

今、みんなのあたまの中には、どんな感情があるかな？　下の絵では、『いかり』が大きいだけじゃなく、『こわい』『きんちょう』などほかの感情も一緒に強くなっているね。実は、感情は１つとは限らないよ。２つ、３つの感情が同時に大きくなる、小さくなることがあるから、言葉でうまく表現できない気持ちになることがあるんだよ。



★今、自分の頭の中にはどんな感情があるかな？書き出してみよう★

下の絵に、今の自分の頭の中の感情を書き出してみよう。大きい感情もあれば、小さい感情もあるはず。毎日を過ごしやすくするために、自分の感情に気づくことから始めよう！



＊＊＊七色ルームの開室日＊＊＊

10月　20日（火）、27日（火）　11月　6日（金）、10日（火）、17日（火）、27日（金）

児童の皆さんは中休み・昼休み・放課後の時間にも開室していますので、いつでも相談してください。

予約は担任や　先生に伝えるか、七色ルームドアの予約カードに書いて、予約ポストに入れてください。