

# 大池

## 脳の働きをよくするために

明治小学校の校長室前に、毎月いろいろな問題を掲示して、解答者を求めています。今までかなりの児童が挑戦し、正解してくれています。時々、保護者や地域の方からも答えていただき、たいへんうれしく思っています。「校長先生、できました！」と言いながらうれしそうに解答用紙を持ってくる子どもの姿を見るのが、私の何よりの楽しみです。もっともっとたくさんの人たちから参加してほしいと思いますので、学校へお越しの際には、ぜひ挑戦してみてください。

一生懸命考えていた問題がやっと解けた。そのときのうれしさは格別のもので、このとき脳の中では「ドーパミン」という物質が分泌されています。この分泌が多ければ多いほど、人間は大きな喜びや快感を味わうことができます。そこで人間の脳は、ドーパミンが分泌されたときどんな行動をとったのかを記憶し、それを再現しようとしています。そしてもっと効率的にドーパミンを分泌させるために、脳の中に新しい神経回路ができあがります。そのため、快感を生み出す行動が次第にくせになり、繰り返し続けていくたびにその行動は上達していきます。これが学習のメカニズムです。学習の中でも「試行錯誤」をすることが脳の中に強固な神経回路を作り出します。そして、次のような循環が生まれ脳はどんどん強化されていくのです。



校長室前で問題に取り組む児童たち

ある行動をとる → 試行錯誤の末うまくいく → 達成感を得る、ほめられる  
→ ドーパミンが出る・快感を得る → ある行動と快感が結びつく →  
再び同じ行動をとりたくなる → 新たな試行錯誤

つまり、「分かる」ことを「快感」と感じるサイクルを回すことが、脳の働きをよくする（勉強が分かる）ことなのです。子どもたちの（もちろん私たち大人の）脳の中にたくさんのドーパミンを分泌させましょう。ドーパミンによる脳の強化サイクルを回すのです。これさえ回せば、雪玉が転がって大きくなるように脳が強化され、自分の力で高めていけるのです。

勉強は楽しいものです。中でも試行錯誤をして苦労した末にできたときの喜びは格別です。様々な活動や学習を通して子どもたちに「分かる喜び」をたくさん味わわせていきたいと思えます。保護者や地域の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

# 言う方は何気なくとも、言われた方はうれしい 「ありがとう」 この言葉をもっと素直に言い合いましょう

誰でも、人から感謝され、「ありがとう」と言ってもらえればうれしいものです。相手が喜んでくれば、「ありがとう」と言った人もうれしくなります。皆さんは日頃の生活の中で「ありがとう」って素直に言っているでしょうか。人から助けてもらったときなどに、つい「すみません」と言ってしまうことはありませんか。私は、「すみません」よりも「ありがとう」と言われたほうがうれしく思えるような気がします。そのほうが感謝の気持ちを相手に直接伝えることができるからです。

全校朝会で表彰の際に、賞状をもらった児童が「ありがとうございます」と頭を下げる姿を見て、とてもさわやかな気持ちになります。このところ、そういう児童が増えているように感じます。皆さんの日頃のしつけや指導が浸透してきていることをうれしく思います。



人が何かをしてくれたとき、人のお世話になったときなどには、「ありがとう」と素直に気持ちよく言えるようになればいいですね。「ありがとう」と心から言うためには、感謝の気持ちが大切です。その感謝の気持ちを何らかの言動に表して、いろいろな場面で相手に伝えていける明治小学校でありたいと思います。そして、感謝の気持ちを交し合い、相手に伝え合うことで、素敵な関係になれる社会を地域全体でつくっていきましょう。

## ●11月の予定

- 1日（金）くびき文化祭（4～6年生参加）
- 6日（水）全校朝会、市一斉の職員研修会のため給食後下校
- 9日（土）6年PTCA
- 10日（日）頸中ブロックバレーボール大会
- 11日（月）～17日（日）MK B週間
- 12日（火）小中合同いじめ見逃しゼロスクール集会
- 14日（木）頸城中保護者説明会（夜）
- 15日（金）市合同音楽祭（午前）
- 20日（水）フリー参観日（全校道徳）、給食運営協議会
- 24日（日）5年PTCA



## お知らせ

働き方改革の一環として、年度途中ではありますが、職員の負担軽減を図るために、各学年だよりを2週に1回の発行に変更させていただきます。

皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。