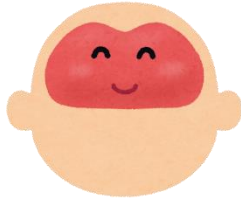




第4号 令和8年6月30日(火)発行
ひたちなか市立田彦小学校
児童数798名

脳の認証システム+ほめる=ピグマリオン効果+幸せホルモン



皆さんは「脳の認証システム」という言葉をご存じでしょうか。簡単に説明すると、脳は、「自分」と「他人」を区別できない(1人称と2人称を区別できない)のだそうです。つまり、人をほめている人は、自分がほめられている気分になり、逆に、悪口を言っている人は、脳は自分が言われていると勘違いをしてしまうそうです。そして、ほめ言葉を聞いている(他人に対するほめ言葉でも)と、その言葉にふさわしい人になっていくのだそうです。これがピグマリオン効果と呼ばれているものです。

自分の声は自分が一番聞いています。自分の脳に聞こえる内容が人の悪口ばかりだと脳にも体にも良い影響を与えるはずがありません。「他人の悪口を言う」という行為は、「自分の悪口を言っている」と同義というわけです。悪口を言った直後はなんだかすっきりした気分になります。でも、あとからじわじわと罪悪感だったり、モヤモヤした感じがやってきます。これは脳の認証システムが作動しているからでしょう。

また、人をほめたり、自分に嬉しいことがあったりすると「ドーパミン」や「エンドルフィン」という「幸せホルモン」が分泌されるそうです。すべての職員で、子供たちのうわべだけを見ておだてるのではなく、心の底から子供たちの良さを見出し、あらゆるものから子供たちの可能性を発見できる「ほめる達人」を目指していきたいです。

(校長 中原 悟)



7月の予定

月	火	水	木	金	土	日
		1 木曜日課 読み聞かせ 芸術鑑賞会低 学年(午前) 水泳学習5年、 6年1・2組	2 水曜日課 未来を拓く学び力向上プロ ジェクト3~6年 所課長訪問 委員会 ひたちなか未来塾	3 水泳学習6年3・ 4組、5年3・4組	4	5
6	7 3年学級づく り授業 ロング昼休み ふれあい班活動	8 読み聞かせ クラブ PTA 前期役員会 16:00~	9 未来を拓く学び力向上プロ ジェクト3~6年 居住地校交流5の4 3年消防署見学	10 6年スクールカ ウンセラー授業	11	12
13 総合キャリア教育授 業6年1・2組 水泳学習4年、 3年1・2組	14 4年クリーン センター見学 ロング昼休み 総合キャリア教育授 業6年3・4組	15 読み聞かせ 5時間授業 学校保健安全委 員会(書面開催)	16 給食最終日 ひたちなか未 来塾	17 前期前半終了日 11:30下校	18	19
20 海の日	21 夏季休業 (~8/31)	22 個人面談	23 個人面談	24 個人面談	25	26
27	28 個人面談	29 個人面談	30 個人面談	31	8/1	2

<下校時刻について>

火曜日課	1年5時間(14:35)	2~6年6時間(15:25)
水曜日課	全学年5時間(14:35)	※クラブ・委員会を行うことあり(15:25)
月木曜日課	1・2年5時間(14:35)	3~6年6時間(15:25)
金曜日課	全学年5時間(14:35)	