

大伴小だより

1月号



富田林市立大伴小学校 校長 岩片 啓子

富田林市南大伴町一丁目2番20号

0721-24-3104

ふゆやすむ 冬休みに向けて

ましゅまろてすとまな ～マシュマロテストから学ぶ“ちょっとのがまん”～

あす ふゆやす
明日から冬休みです。子どもたちにとっては楽しみがいっぱいの特別な期間ですが、自分の
せいかつ じぶん ととの ちから ため たいせつ じき
生活を自分で整える力が試される大切な時期でもあります。

ところで「マシュマロテスト」という実験を聞いたことがありますか？
『目の前にあるマシュマロをすぐに食べずに我慢できた子どもは、後で、
もう一つマシュマロがもらえる』という内容で、「少し先の楽しみのた
めに、今をがまんする力」が将来につながる、ということが示された有名な実験です。
ふゆやす せいかつ おな たの おお すこ ふゆやす
冬休みの生活も同じです。楽しみが多いからこそ、ほんの少しの“がまん”が、冬休みをより
ゆた
豊かにしてくれます。



- ゲームや動画を見たい気持ちを少しおさえて、宿題に取り組むこと。
- 夜更かしたい気持ちをぐっとこらえて、いつもの睡眠リズムを守ること。
- ぬくぬくした部屋から出て、外で体を動かしてみることに。



こうした小さな「自分で選んでがんばる」積み重ねが、冬休みが明けた時の
きも すたーと
気持ちのよいスタートにつながります。

ふゆやす
冬休みが、みなさんにとって「ちょっとのがまん」と「たっぷり
の楽しさ」が両方つまった充実した時間となりますように。

そして、二学期間、子どもたちの成長を温かく見守り、支えてくださった地域のみな
ま、保護者の皆さまに心より感謝申し上げます。登下校の見守りや行事へのご協力、日々
のあたたかな励ましのおかげで、子どもたちは安心して学校生活を送ることができました。
あたら とし ひ つづ ねが
新しい年も、引き続きあたたかいご支援をどうぞよろしくお願いいたします。