



## 実行機能について考える

令和5年度入学児童の就学時健康診断の講話の内容を考える際に、何冊かの本を資料として読みました。講話の内容と一部重複する部分もありますが、ご容赦ください。そもそも「実行機能」とは何かという部分から始めたいと思います。

### 実行機能とは

- ・実行機能とは、目標を達成するために自分の行いを抑えたり、切り替えたりする能力のことである
- ・実行機能とは私たちの社会生活に欠かせないものである
- ・実行機能が高い人は仕事ができたり、健康的な生活が送れたりする可能性が高い
- ・実行機能は人間においてとくに発達している (参考文献1より引用)

一言でいえば「自分をコントロールする力」が実行機能だと言えます。コントロールするのは、思考と感情になります。現在当校で取り組んでいるメディア接触コントロールも実行機能に関する支援の一部となります。メディアを切り口にして、自分をコントロールする力を磨いています。自分が主体となって物事に関わる能力を鍛えています。GIGAパソコンを日常的に使用するようになると、接触時間が短いことの重要性が薄れていきます。

また実行機能は育てることができます。次のような部分が育てる際のポイントとなります。

- ・実行機能の発達には、遺伝的要因と環境的な要因の両方が関係するが、子どものときは、環境的要因がより重要
- ・支援的な子育ては良い影響が、極端な管理は悪い影響がある
- ・家庭の雰囲気重要
- ・睡眠やメディアの試聴の方法、生活習慣も影響がある

実行機能が高まると、「今を生きる子ども」から「未来に向かう子ども」に変わっていきます。そして思いやりの気持ちも育ちます。子どもの実行機能が伸びることを目指して、今後も支援をしたいと、原稿をまとめながら考えました。(校長：水口 正則)

### 参考文献

- |   |              |       |                 |
|---|--------------|-------|-----------------|
| 1 | 自分をコントロールする力 | 森口 祐介 | (2019年 講談社現代新書) |
| 2 | 子どもの発達格差     | 森口 祐介 | (2021年 PHP新書)   |
| 3 | 学校の中の発達障害    | 本田 秀夫 | (2022年 SB新書)    |

9月13日（火）～20日（火）に中学校区のあいさつ運動を実施しました。友達や先生、家族、地域の人など身近な人に親しみや感謝の気持ちをあいさつに表し、「相手の目を見て」あいさつができる子どもを育てることをねらって取り組みました。校内向けの「あいさつカーニバル」と小中がお互いの学校を訪ねてあいさつをする2つの活動に取り組みました。活動後半には、声と表情がとてもよくなりました。（写真は、活動の様子です。）



「挨拶」の正確な意味が知りたくて、少し調べてみました。「挨」という漢字は、もともとは「打つ」とか「押す」とかいった意味を持っています。一方の「拶」は、「近づく」「進む」という意味を持っています。そこで、「挨拶」は本来、「押して進む」「押して近づく」という意味の熟語だということになります。今回の取組であいさつがさらによくなった子どもたちは、相手との距離が近づくことで、相手に伝わる心が課題になってくるのではないのでしょうか。野球監督の野村克也氏は、「挨拶は、人間らしく生きるための基本の心である。親に挨拶の心がないと、それは必ず子供にも表れる」といっています。親の部分を校長に置き換えて、自分の心を磨き、毎日笑顔で挨拶を続けたいと考えています。

### 10月の行事予定

- 1日（土） 運動会
- 3日（月） 振替休業日
- 5日（水） こいスポ 諸費振替日
- 11日（火） 中学校授業参観・部活体験
- 12日（水） こいスポ
- 17日（月） 放課後子ども教室
- 18日（火） 持久走記録会
- 19日（水） こいスポ
- 20日（木） 校外学習 1, 2年
- 24日（月） 放課後子ども教室
- 26日（水） こいスポ
- 27日（木） スクールカウンセラー来校日
- 28日（金） 地層見学 6年
- 31日（月） 放課後子ども教室

### 運動会について

- ・開会式 8:45～ 8:55
- ・競技の部 9:00～11:50
- ・閉会式 11:50～12:00

※雨天の場合は、1日（土）は休み、運動会は2日（日）に延期します。

※運動会の実施の有無については、当日の午前7時までに保護者へのメール配信及びホームページでお知らせします。

