



## 面談 ありがとうございます

前期の反省と後期の指導計画を立てるために、面談の時間をつくっていただき、ありがとうございました。後期の指導も、子供たちが楽しく通える工夫をしながら、成長につながるよう努めてまいります。12月には、保護者・担任・担当で次年度について話し合う三者面談を予定しています。よろしくお願ひします。

### 《 予告 》

11月11～15日は、「親子わくわく週間」を予定しています。親の会共催で、親子で工作に取り組みたいと考えています。通常の指導時間の中で行いますので、都合がつく方は、ぜひご参加いただき、親子で楽しい時間を過ごしていただけたらと思います。詳細は、後日配布します案内をご覧ください。

年 組 \_\_\_\_\_ さん

通級時間は \_\_\_\_\_ 曜日 \_\_\_\_\_ 時間目 ( \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_ ~ \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_ ) です  
※色のついているところが通級日です！

## 11月の予定

〈親の会学習会〉  
10月30日(水) 13:30~  
町民センター2階 第4会議室  
ぜひご参加ください！

5日(火)～8日(金)＝美瑛小教育相談のため5時間授業

※6校時のお子さんはお迎えが必要となります。

27日(水)＝美瑛町教職員研修前日準備のため7校時目休室

28日(木)＝美瑛町教職員研修のため午後休室

※2学期の通級最終日は、12月6日(金)の予定です。

11～15日  
親子わくわく週間(予定)

月		火		水		木		金	
						特		1	文化の日
4	振替休業日	5	特	6	特	7	特	8	特
11	特	12		13		14	特	15	
18	特	19		20		21	特	22	
25	特	26		27	特	28	町職員研修	29	

※「特」の表記は美瑛小学校が特別日課の日です。

## 子どもの成長と脳の発達②

### ～子どものやる気はどこから？～

面談の中で「やるべきことをやらない。」「ゲームがやめられない。」「YouTubeばかり。」というお話をよくうかがいます。また、子供たちと話していても、「面倒くさい。」という言葉をよく耳にします。今回は、子供の「やる気」を脳科学の視点から考えていきたいと思います。

「やる気」の正体は、脳の中で分泌される、快感や多幸感を与える神経伝達物質「ドーパミン」です。ドーパミンは、「楽しさ、興奮、達成感、驚き」などを感じたときに分泌されます。普段の生活や学習の中でも、「できた！」または「できそう！」「楽しそう！」と思った時などに分泌されます。本来、「やってみたい」「学びたい」という「好奇心」は、脳の根本的な欲求として組み込まれており、「やる気」はもっているのです。



しかし、中には、このドーパミンの量を調整しづらいという脳の特性をもっている方もいます。普段はドーパミンが不足しているため、やる気や集中力の低下が表れると考えられています。その一方で、興味関心があると過剰にドーパミンが放出されてしまいます。「ゲームやYouTubeに過度に熱中してやめられない。」という状態になってしまうのです。



また、「こだわりの強さ」「好きなことに没頭する」という特性や、普段の生活で自信をもてないことから、ゲームをクリアすることで達成感を感じ、自分の「得意」や「必要性」を見つけられた喜びを感じてゲームにはまってしまうこともあります。

ゲームやYouTubeを続けている間ずっとドーパミンが分泌され、それが続くと、その刺激に耐性がついてしまい、さらに強い刺激を求めるようになってしまうのです。

子供の場合、お母さんやお父さんに褒められる（認められる）と他人に褒められたときよりもドーパミンが増加するのだそうです。子供がスモールステップをひとつ達成するたびに肯定的な言葉をかけてあげることが習慣になると、目標をやり遂げるたびに子供の脳内にドーパミンが分泌され、次の目標に向き合えるようになるのです。

- ① 行動（学習）する。⇒ ②できる、わかる、ほめられる、認められる。  
⇒ ③嬉しくてドーパミンが出る。⇒ ④もっとその行動をやりたくなる。

この仕組みを上手く子育てに活かしていけるといいですね！

参照：◎児童発達支援 ハッピーテラス  
[https://happy-terrace.com/column\\_date/gaming\\_disorder/](https://happy-terrace.com/column_date/gaming_disorder/)  
◎脳の“わかさ”をサポート！あたまナビ  
<https://atamanavi.jp/2294/>