



## 第2回 地域研修会 を開催しました

令和8年1月23日(金)本校にて。  
(校外の方はオンラインで実施)

テーマ 「子どものイライラや感情の爆発とどう関わるか、  
一緒に考えてみませんか？」



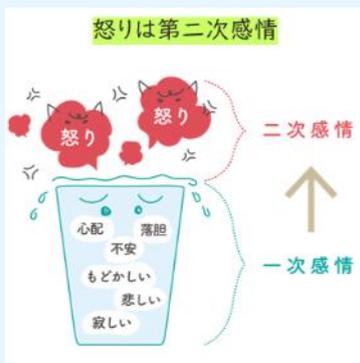
本校の小野直子教育専門監を講師に、研修会を行いました。校内職員のほか、地域の学校や園から17名の参加をいただきました。

怒りの気持ちや怒りのコントロール方法を中心とした事例を交えた講話は、子どもとの関わりについて考えを深める機会となりました。

### 研修の内容から

\* \* \* \* \*

#### 怒りの性質



#### 関わる側として大切にしたいこと (抜粋)

- ・クールダウン (タイムアウト) の目的は、冷静になること。イライラの原因を考えるのではなく、リラックスして過ごすことを大切に。
- ・冷静になれたら、まずは、そのことを認める。その上で、怒りの気持ちの元になっている気持ちを一緒に言葉にする、相手に伝わる言い方を一緒に考える。→信頼できる人との安心できる関係、環境の中で。
- ・園生活、学校生活の中での安心 (分かる、できる、認められるなど) を増やす関わりも積み重ねる。→安心、プラスのことを増やす視点を重視。

#### 怒りのコントロールの方法

- ・ 6秒作戦
- ・ 深呼吸作戦
- ・ グラウンディング作戦
- ・ コントロールエクササイズ作戦
- ・ その場を離れる作戦
- ・ 気持ちの数値化作戦

(心の温度計、気持ちのものさし など)

このほか、「怒りの性質」や「怒りがうまれるまでの3段階」「怒りをコントロールする練習、経験に向けて」についての話がありました。

また、気持ちのコントロールが難しい子どもには、コントロールの方法だけを試みても解消に近づけることは難しいことや、コップの中の不安を少しでも減らす、安心を増やす関わりの大切さについても説明がありました。

次ページに、参加者からの感想や参考図書を掲載します。

## 参加者の感想から

\* \* \* \* \*

研修後は、たくさんの感想をいただきました。一部を御紹介します。

子どものイライラや感情の爆発の受け止め方、関わる側としての大切な学びを得ることができた。

目に見えない子どもの気持ちを言葉にして、その気持ちを受け止める関わりを積み重ねることが大切であることを再確認した。

怒りの表し方について、小さい時から一緒に気持ちを整理していくことの大切さを知り、納得できた。



感情が爆発してしまった時、一次感情の本当の気持ちに気付くことが大切、とあった。生徒の本当の気持ちについてもっと知る努力が必要だと痛感した。

爆発の前にどのように気持ちが動いているのかを理解することで、その子に合わせた気持ちの落ち着かせ方やよりよい援助の方法の発見につながっていくということが分かった。

一人一人をより深く理解することを意識しながら、怒りだけでなくプラスの感情も言語化できるようにすることを大切にしていきたいと思った。

## 参考図書の紹介

\* \* \* \* \*

今回の研修会で参考にした本です。



### 3歳からの感情マネジメント絵本 いらいらばいばい

作・絵 つむばば  
監 修 一般社団法人日本アンガーマネジメント協会  
出版社 鈴木出版 (2020.8)

『いらいらばいばい』の本は、怒りについて分かりやすく解説されていて、子どもに読んで聞かせたいと思った。

(参加者の感想より)

『いらいらばいばい』がおもしろく、一冊購入したので、子どもたちに読み聞かせたい。

動画と絵本がとても分かりやすく、子どもが受け入れやすい内容だった。



図書の紹介のほか、具体物の提示もあり、分かりやすく、有意義な研修会となりました。

### イラスト版 子どもの アンガーマネジメント



監 修 一般社団法人  
日本アンガーマネジメント協会  
著 者 篠 真希、長縄 史子  
出版社 合同出版 (2015.7)

\* \* \* \* \*

# 令和7年度 交流及び共同学習 の取組

～共生社会の実現に向けて…共に育ち、共に学ぶ～

交流及び共同学習として実施している「居住地校交流」と「学校間交流」は、多様性を尊重する社会の形成において、大きな役割を果たしています。今年度、天王みどり学園で実施した交流内容について御紹介します。

## 居住地校交流

小学部10名（8校）、中学部9名（6校）の児童生徒が居住地校交流を実施しました。地元の小・中学校からの協力を得て、今年度も充実した交流活動を行うことができました。

### 小学部

<実施小学校>

追分小学校 天王小学校  
土崎小学校 飯島南小学校 下新城小学校  
船越小学校 船川第一小学校 五城目小学校

<実施内容>

- ・生活科
- ・体育科（サーキット運動、ボール運動 等）
- ・図画工作科
- ・特別活動（学級活動：ポッチャ） 等

### 中学部

<実施中学校>

秋田北中学校 外旭川中学校  
天王南中学校 男鹿東中学校 土崎中学校  
五城目第一中学校

<実施内容>

- ・保健体育科（ソフトボール、パレーボール 等）
- ・美術科
- ・特別活動（学級活動：ポッチャ）
- ・総合的な学習の時間（災害について） 等



小学部1年  
図画工作科  
「ぺったんコロコロ」

保護者から  
「小学校の子どもたちは積極的に声を掛けてくれたり、スキップをとってくれたりして、大変うれしく、安心しました。」



居住地校交流の事前学習として、本校職員が相手校に出向き、本校の紹介や交流する児童生徒の紹介をしています。初めて交流を行う児童生徒を中心に、必要に応じて行っています。



中学部3年  
保健体育科  
「ソフトボール」

中学校の先生から  
「本校の生徒と笑顔で話し、交流できて楽しめていました。居住地校交流は本校生徒の心を育てる大切な場だと感じています。」

居住地校交流の概要や実際の様子は、本校ホームページで紹介しています。ぜひご覧ください。

## 学校間交流

小学生、中学生、高校生同士の同年代交流のほか、世代を超えた交流も行っています。繰り返し実施している交流もあります。



高等部と追分幼稚園  
(さつまいも交流)



小学部と追分小学校3年生  
(にこにこ あきまつり)



高等部と金足農業高等学校  
(味噌作り)

このほか、中学部では五城目高等学校と、高等部では、わかこま第二保育園、男鹿工業高等学校との交流を行いました。

## 中学部 交流の様子紹介

中学部の生徒の中には、中学部入学時から3年間、または小学部から毎年居住地校交流を実施したケースもあります。今号では、Aさんの交流の様子についてご紹介します。

### 1年生での交流（12月）

- ・音楽科「魔王」の鑑賞に取り組みました。
- ・中学校の友達と一緒に、ピアノに触れる機会も楽しみました。



中学校の先生から

- ・交流前からの作品展示による交流、交流後の振り返りカードの掲示を通しての交流も含め、生徒たちは意欲的に取り組んでいた。
- ・生徒たちから『またぜひやりたい!』という声が多く出ていた。天王みどり学園の生徒が一生懸命がんばって活動している様子を見て、本校生徒も刺激され、一緒に楽しく活動しようという意欲につながったのだと思う。

### 2年生での交流（2月）

- ・保健体育科「ポッチャ」に取り組みました。
- ・Aさんの居住地校交流と併せて、両校の2年生全員による学校間交流を実施しました。天王みどり学園の生徒たちが内容を企画し、進行や審判も行いました。
- ・小学校からの友達がAさんに優しく言葉を掛けてくれる場面が多々あり、片付けなども一緒に取り組みました。



中学校の先生から

- ・大変喜んでいました。受験勉強の時期、心がほっこりする体験はありがたい。
- ・3年目ということで、年々絆が深まっている感じがした。子どもたちにとって、とても貴重なものになった。

### 3年生での交流（11月）

- ・保健体育科「ポッチャ・モルック」に取り組みました。
- ・2年生の時と同様に、学校間交流として実施しました。
- ・Aさんは、同じグループになった友達とハイタッチをしたり、プレーを見て拍手したりしながら活動を楽しみました。



## 秋田県立支援学校天王みどり学園

TEL:018-870-4611 FAX:018-870-4612

教頭:渡部 陽子 教育専門監:小野 直子 支援部:遠藤 美和子

特別支援教育地域センター(男鹿市立船川第一小学校内):月・水・金

TEL:0185-24-3231

特別支援教育アドバイザー:小松 美幸