

## Vol.33 2020年12月号



●チャイルドアイズ 箕面校  
12/28(月)~1/6(水)

●忍者ナイン 全ラボ  
12/24(木)~1/6(水)

●レプトン  
箕面市役所前・千里中央教室  
12/28(月)~1/6(水)

忍者ナイン  
ひらの



1月から産休に入ります😊

もう既に、ご存知の生徒様もたくさんいらっしゃいますが、この度、第一子を授かり、現在妊娠8ヶ月になりましたので1月から産休に入らせていただきます！お腹も随分と大きくなりましたが、レッスンをさせていただき、保護者様からお母さんとしてのアドバイスをたくさんいただけた環境にとっても感謝しております。また、出産後、母になって現場に戻ってまいりますので、更に保護者様に寄り添ったレッスンを提供させていただきたいと思っております！今後とも、どうぞよろしくお願いいたします！



## 忍者ひらつかの武士道② 「呼吸」(深呼吸しよう!)



アニメ「鬼滅の刃」が大ヒットしていますね。作中で主人公の竈門炭治郎が鬼を倒すために「全集中の呼吸」という呼吸法で技を繰り出していきます。「全集中の呼吸」は肺に酸素をたっぷり取り込み血液の中の酸素濃度を高めて一瞬にして高い集中力と身体能力を手にする呼吸法で、これは武道やスポーツにおいても重要です。

私たちは日常生活の中では無意識な(浅く短い)呼吸になっていることが多いです。正しく深い呼吸をすることで免疫力の向上やメンタルの安定等々多くの効果が期待できます。一日数回深呼吸してみましょう!

【深呼吸の方法】お腹が膨らむように鼻からいっぱい息を吸い込み、吸う時の倍くらいの時間をかけてお腹をへこませながら口から吐きます(^^)

## 忍者ナイン みかみ 冬なのに・・・



みなさん『ゆるキャン△』というアニメをご存知でしょうか?最近このアニメにハマってとてもキャンプが楽しくなりました!日頃BBQや釣りなどはよくやるのですが、キャンプは2回ほどしかしたことがなく、真夏にしてテントの中が暑すぎて寝れずテントをしまっただライブに行きました…なので今度は道具を買って冬キャンプでもしようかなと思ってます!このアニメは寝袋はどんなのがよいかや調理器具などキャンプについての知識を教えるのでとても勉強になります。是非皆さん見てみてください!しかし、今なかなかそのようなことができない状況ですが、取ったら行きたいですし、子ども達にもたくさん自然に触れて欲しいので是非行ってみてください!今年もあとわずかになりましたね。ありがとうございました。来年もよろしくお祈りします。

## 全教室サポート とくたに 気まぐれスタディ① ～古代生物アノマロカリス～



先日、生徒さんから「アノマロカリスって知ってる!」と楽しそうに聞いかけがありました。「なんだっけ?」と思い調べてみると5億年前の海洋生物で、そういえば…と、学生時代に習い「かわいい!」と思ったことを思い出しました。そして今回新たに衝撃を受けました。体調1mだったのです。当時の生物はだいたい10cmほどですからなんと約10倍の大きさです。自分の10倍大きく、牙やトゲで襲ってくるなんて怪物ではないですか!そう、かわいいと表現するにはあまりにも大きかったのです。私はサワガニぐらいかと思っていたので驚きました。アノマロカリスがもとになっているアノプスというポケモンもいるそうです。改めて調べてみると面白いですね。ちなみにこの名前、日本語では「奇妙なエビ」。1mのエビフライ、食べてみたいです…!!



FLOW代表理事 | 花城 康貴

先月3時間待ちした海釣り公園にリベンジ。今回はすんなり入れました。釣果は釣れないどころから、竿一式を持っていかれました…ますます釣りにハマっています

## 2020年は早かった!?

今年も最後の月になりました。特に今年は“誰もが今年が早かった!”と感じられる1年であったのではないのでしょうか?

コロナウィルスも怖いですが、子ども達の勉強に不安視される方もいるかと思えます。例えば、入試日時を変更した大学もあれば、そのままだ程変更せずの学校もあります。対応が様々なので、情報に翻弄されてしまいます。でも、この12月は今一度、子ども達の成長にフォーカスしてみましょう。“新しくできたこと、さらに上手に出来たこと”です。

## 出来たようになった事は何か?

確かに教科書に向き合う時間は減りました。でも、その分違うことに時間を使っています。それは何でしょうか?3・4月皆が家で引きこもっている間、楽しかった思い出は何ですか?子ども達はこの1年間で新しく出来るよ

うになったことは何でしょうか?家族みんなで笑った瞬間は何だったのでしょうか?

今年“出来た”点にフォーカスをして1年間を振り返ってみてください。2021年はどんな成長が彼らに待っているのでしょうか。さらにそれをサポートするために親である我々は何を行っていきますか?

## 時間は有限

我が子が、子どもである時間は限られています。ここは大切なポイントです。

正直、コロナウィルスが落ち着くにはしばらく掛かりそうです。だからといって、コロナに引っ張られるのではなく、この大切な時間を大切にできるお手伝いをFLOWは2021年も取り組んで参ります。

英検は子ども達の英語への自信を持つこととても効果がありました。もちろんJETも成長を測る物差しにはピッタリです。学びを重ねることで、確実に成長していきます。

今年もあと1ヶ月、体調は万全に良いクリスマスを、年末をお過ごしくださいね。

## チャイルド&レプトンマネージャーはなきの 子育て・親育ち 新連載/6回目



## 子どものフリ見て我が(親の)フリ直そう

私自身、子育て歴やっとな9年半ですが、今更ながら「子は親の鏡」だと思えます。教室の先生という立場ながら、家庭での姿はなかなか公表しづらいところはあるものの(苦笑)、最近心掛けていることは、

●自分自身の仕事もプライベートも「できないな」「無理でしょ」と言わない思わない→教室の生徒様には「がんばってね、できるよ!」と励ましているのに、大人が諦めてはいけませんよね

●愚痴や不満を「じゃあどうする?」に置き換える→大人だって当然、嫌なことしんどいことありますよね。でもお子さんが友達に愚痴(悪口)を話していたらどうでしょう?課題解決できる人になってもらうためにもまずは大人の私たちが見本になれるように!

## レプトン/チャイルド・アイズ オルソン 人の話を聞く



11月から新年度受験クラスがスタートしました。これからいっしょに目標に向かって頑張りましょう。先日は某小学小学校の校長先生が昨年のご報告もかね、ご来校くださいました。その中で、受験を通し学校側がみることは、ペーパーテストの結果より、人の話がしっかりと聞けるお子さんかどうか。というお話を聞きました。「聞き上手は話し上手」ともいいますが、普段のお教室の様子からも、先生の話や指示が聞けるお子さんは、自分の考えや思いを言葉で表現することにも長けているように思います。これがコミュニケーションスキルに繋がります。人の話を聞くにはどうしたらよいか。まずは自分の口を閉じることです。静かな時間は実はいろいろなことを考えます。沈黙を恐れないで、静か時間をお子さんといっしょに過ごしてください。そして、いっぱいお子さんの話を聞いてあげてください。人の話が聞ける子となる近道です。

## 全教室サポート/忍者ナイン あしたに 読書の秋(?)



子供の頃はあまり本は読んでいませんでしたが、最近本を読むようになりました(月1,2冊ですが…)趣味や興味のあることもYouTubeで動画を見る、ドラマやアニメ、映画などもNetflixなどで好きな時間にいつでも見られる今、本を読む時間もかなり減っているのかなと思います。かくいう僕もその1人でしたが、友達に「これ面白いから読んで」と勧められ読み始めました。その作家さんは有名な方なのでご存知の方を多いかとは思いますが、「伊坂幸太郎」です。ジャンルで言えば推理小説になります。伊坂幸太郎作品は序盤に伏線をたくさんだして終盤に一気に回収する、読んでいて痛快で爽快です!読みやすく、子供から大人まで楽しめる作品が多いので普段あまり本を読まない方にもオススメです。家ですることない方、YouTube飽きたよ!って方、本読みましょう!

## チャイルドアイズ/レプトン 先生紹介 横見裕子先生



趣味: テニスとフラダンス  
週一回はテニスで汗を流し、(コロナがなかった)昨年まではフラのイベントに出演。こう見えてわりとアクティブ派!

レプトン、チャイルドアイズのインストラクターをしている横見です。子どもたちの屈託のない可愛らしい笑顔に日々癒やされています!これまで子育てをしてきて、ある程度一段落した今思うことは、子育てに悩みが尽きることはない!です(笑) 年齢によって中身こそ違えど、様々な心配事が出てきますね。でも、同じ悩みをずっと抱え続けるわけではありません。親が子どもとより深く関わり合える幼少期は、特に貴重で大切な時期です。英語にしても知育にしても、子ども自身が元々持っている成長する力に、保護者の方と共にプラスアルファのお手伝い、サポートができれば幸いに思います。よろしくお祈りします!



# 12月のお誕生日おめでとう



思考力と人間力を育む

チャイルドアイズ

スポーツを科学する

忍者ナイフ

●しゅうしろう君 4歳 24日／おべんきょうもうんどもとてもがんばっていますね。すばらしい！



思考力と人間力を育む

チャイルドアイズ

●まおちゃん 4歳 6日／きょうしつにはいったらすいっちはいって、しっかりれっすんにとりくめているよね！

●よしき君 5歳 11日／もくひょうにむかって1しゅうかんに2かいきょうしつにかよってがんばっています！

●みさきちゃん 6歳 11日／はるからしょうがく1ねんせい。おべんきょうもともだちづくりもたのしみだね。

スポーツを科学する

忍者ナイフ

●ゆずかちゃん 3歳 14日／ジャンプがじょうずになりましたね。このちょうしでがんばろうね！

●ゆうしん君 3歳 14日／おにいちゃんにまけないげんきさです。サッカーのキックがとってもつよいです！

●ゆみちゃん 4歳 16日／ロケットなげがじょうずでとてもとおくまでなげられましたね。これからよろしくね！

●おうすけ君 4歳 19日／いつもにこにこたのしんです。バランスあるきがじょうずになってきましたね！

●あさひ君 5歳 11日／ジャンプもキックもきれいなフォームです。いつもうんどうをたのしんでいますね！

●けいと君 5歳 8日／ランジがとてもじょうずです。バトルでおともだちをおうえんしてすばらしい！

●さきちゃん 5歳 13日／なげるのがとてもじょうずになりましたね。いろんなことにチャレンジしよう！

●かえで君 4歳 9日／きのうえをあるくのがとてもじょうずになりましたね。このちょうしでがんばろう！

●しゅんのすけ君 5歳 15日／ボールなげではうでがおおきくふれていてフォームがとてもかっこいいです！

●はなちゃん 5歳 13日／おともだちとなかよく、げんきよくうんどうしていますね。バトルもがんばってます！

●えいせい君 5歳 17日／にゅうかいさいしょからとてもがんばっています。これからどうぞよろしくね！

●けんとう君 5歳 21日／いつもげんきなこえでもりあげてくれています。どのうんどうもちからづよいです！

●かんと君 6歳 10日／げんきいっぱい！はしるのだいすき。にこにこえがおがとってもいいですね！

●すずちゃん 5歳 22日／いつもいっぱいおはなししてくれてありがとう。キックがとてもじょうずになりましたね！

●さやかちゃん 5歳 17日／どんなことにもやるきまんまん。はしるスタートのしせいがかっこいいです！

●だいち君 5歳 12日／おはなしがたのしくて、いつもげんきいっぱいです。これからもよろしくね！

●おうすけ君 5歳 5日／どのうんどうもおおきいどうさでちからづよいです。バトルでもせっきよくてきです！

●りょうご君 7歳 4日／ふうせんバレーじょうずですよ。サッカーのキックはコントロールがいいですね！

●らん君 7歳 21日／これからいっしょにレッスンがんばろうね！せいちょうがとてもたのしみです！

●そうた君 6歳 5日／きゅうせいちょうちゅうで、キックがとてもじょうずになっています！すばらしい！

●はやて君 8歳 26日／なげるフォームがきれいになり、スピードがはやくなっています！このちょうしでがんばろう！

●みひろちゃん 8歳 29日／すべてのれんしゅうをていねいにきっちりおこなっていますね。すばらしい！

●ゆうき君 8歳 8日／なげるスピードがどんどんはやくなっていますね！いろんなことにチャレンジしよう！

●まほちゃん 9歳 31日／サッカーのキックがつよくなりましたね。テニスの両手うちがかっこいいです！

●ゆうた君 9歳 13日／バトルになるとそっせんしてとりくんでくれていますね。これからがんばろうね！

●こたろう君 10歳 26日／リーダーとなってみんなのいけんをきいてくれています。動きにはキレがでできました！

●ちひろちゃん 10歳 30日／ジャンプりよくがどんどんついてきていますね！さいこうのおてほんをありがとう！

**Lepton e-learning**  
**November**  
**TOP 5 Students**

**1st Ituki.U (23times)**

**2nd Mizuki.K and Shizuru.S(11times)**

**3rd Haruhi.H(10times)**

**4th Sowa.F and Keishirou.F (7times)**

**5th Kokomi.I (6times)**

3か月(10/11/12月)

トータルでの  
上位者には  
賞状とシールを  
さしあげます。



思考力と人間力を育む

チャイルドアイズ

箕面校

スポーツを科学する

忍者ナイフ

箕面・池田・豊中・  
茨木 計7クラブ

Lepton  
レプトン  
箕面市役所前/千里中央

Next  
Leader  
Academy

NEXTAR



FLOW

特定非営利活動法人フロー ☎072-734-7692

編集／芦谷陸生、オルソン予史江、杉本佳江、平塚義孝、平野真奈、  
三上桃愛、花城律子

