

全員そろって (2019.4.18)

昨日「1年生 明るく楽しい釜小へようこそその会」が開かれました。1年生を迎える会です。2～6年生の歌や呼びかけのプレゼントのほか、「釜利谷小学校へ行こうよ」(猛獣狩りへ行こうよ)というレクリエーションもあり、早く1年生が釜利谷小学校になれてくれるよう、全校で楽しい時間をつくりました。

さて、今日は全校児童そろっての朝会でした。本校の朝会は8時20分開始なので、私が8時17～8分ごろ体育館に入ると、すでに待機している3年生から6年生。しかもしっかりと短座(体育すわり)の姿勢で静かに待っているのです。一見当たり前のように思えるかもしれませんが、これはとてもすばらしいことです。すごくうれしい気持ちになりました。

私の話は、「怒った気持ちを静める自分の呪文」と「4(よ)1(い)8(は)」についてでした。

一つ目は、怒った気持ちを静めるためには深呼吸した後、自分で決めた呪文6文字をゆっくりと心の中で唱える。そうすることで人を傷つけることも自分が傷つくことも減らすことができるといった「アンガーマネジメント」に関するものでした。

二つ目は、4・18にちなんで「よいは」の話。しっかり歯磨きをして自分の体を大切にできる人は自分自身を大切にできる人であり、自分自身を大切にできる人は自分の周りの人(家族や友達)も大切にできる人になれるはず、というものでした。