## 横浜市立幸ケ谷小学校 学校だより KOU KOU Newsletter

学校教育目標:「自分 友だち 社会の幸せをつくる子ども」

## 6月号

令和5年5月31日発行 横浜市立幸ケ谷小学校

TEL (441) 3170 FAX (441) 9896



## 今の幸せに気づくこと

副校長 神山 聡

さわやかな初夏を迎え、柔らかな日差しが若葉に降り注ぐ頃となりました。各クラスでも本格的に学習活動が始まり、学校中が活気に満ちあふれています。その活動を陰ながら支えてくださっている幸ケ谷共育倶楽部・おやじの会の皆様方には本当に感謝いたします。5月20日(土)には共育倶楽部栽培緑化環境部の皆様を中心に、ポット苗づくりを行いました。冬芝から夏芝への転換期にあたり、芝の隙間を埋めるべく芝生の苗を育てるためのポット作りです。7月ごろには育った苗を植える作業が行われる予定です。緑一杯の芝生校庭の姿、今から楽しみです。おやじの会の方々も今年は「ザ・チャレンジ」と題していろいろなイベントを計画しています。4月22日(土)には好評の「逃走中」、5月13日(土)にはマイクロビットというプログラミングの基礎の勉強ができる講座が開かれました。7月29日には「おやじ縁日」、9月17日には「地引網体験+バーベキュー」が企画されています。こちらもわくわくするようなイベントが待っています。

さて、新型コロナウイルス感染症が2類から5類に変更されたことにより、改めて「今の幸せに気づく」場面が多く感じられる気がしているのは私だけでしょうか。(例えば、「もうマスクは自由!」等)2年前の6月号の巻頭言に次の内容を書かせていただきました。2年たった今、もう一度考えてみたいと思い再掲したいと思います。

「3 秒でハッピーになる名言セラピー」の著者として知られる、ひすいこたろう氏が「幸せになる作法」という題で、PHP「心が喜ぶ生き方」に寄稿しています。「心が喜ぶ生き方、幸せな生き方について、そのポイントをたった一つにしぼるなら何か」の問いに、「今の幸せに気づくこと」と答えています。発想の転換をしたり、現状を振り返ったりしながら(②③)、自分が普段考えている固定観念を崩すこと(①)も時には大事だということです。

- ①「うるさいこと」:「ドラえもん」の話。嫌な人を消せる「どくさいスイッチ」。のび太は次々にまわりの人を消していった。ついに一人になった時、一人では生きていけないことを悟る。そして「まわりが、うるさいってことは、楽しいね」と、まわりがうるさいことの中に「楽しい」を見いだした。
- ②「今の現状をふりかえること」:「もし、失うことになったら、とっても悲しくなってしまう人やことを3つ以上あげて、それを失った状態を3分間だけ想像してみる」大切な人やものを失うことを想像すると、大きな悲しみと痛みを感じる。同時にそのかけがえのないものが今、目の前にあり存在することがありがたく、いとおしく、大切にしようと思える。
- ③「ありがたいこと」: ご飯が食べられること、友人がいてくれること、話せること、本を読めること、・・・。 どれもこれも当たり前のことではなく、「ありがたいこと」と感じることができるかどうか。

子どもたちの毎日の学校生活の中でも、嬉しいこと、楽しいことを見かけることがあります。「元気に笑顔で、『おはようございます』『こんにちは』と声をかけられること」「発表で緊張したけど、言いたいことが言えた』「掃除をがんばってほめられた」「泣いている子に、『どうしたの?』『だいじょうぶ?』と、優しく声をかけることができた」等々。いつもプラス思考で物事を考える習慣をつけることにより、小さなことでもありがたいと思い、感じ、「今の幸せに気づくこと」から始めたいものです。