

幸せつくる『しあわせ こたけちゃん』

校長 二瓶 庄吾

朝、子どもたちの元気な登校が終わって静かになった校庭の桜の木を見てみると、小さなつぼみが少しふくらんでいました。寒暖の変化も大きく、まだ寒い日が続いていますが、春は少しずつ近づいているのだなと感じました。

今年度も残りわずかとなりました。3月は、この一年を振り返り、次の年度へつなげていくための準備をする時期でもあります。子どもたち自身が成長を実感したり、課題をとらえたりすることが大切です。成長を感じる充実感や楽しさなどを「幸せ」ととらえ、振り返りや目標づくりに生かして「幸せ」をつくっていかれたらと思います。

以前、「幸福」について、いくつかの講演や書籍に触れる機会がありました。そこでは、4つの心のもちようで人は「幸せ」を感じることができるとありました。その4つの要素を参考に、『な・か・が・わ』にあわせて考えてみました。

な なんとかなる

いつも前向きで、「自分のいいところも悪いところも受け入れる」という自己受容ができおり、「どんなことがあってもなんとかなるだろう」と感じる楽観的な人は、幸せになりやすいといえます。

か 感謝（かんしゃ）

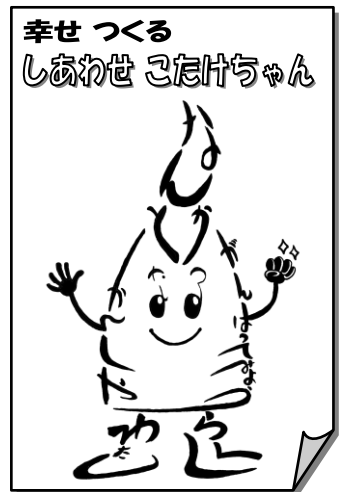
多様な人とつながりを持ち、人を喜ばせたり、人に親切にしたり、感謝したりすることが幸せをもたらします。『人を幸せにしようとするれば、自分も幸せになる』わけで、感謝が広くて深い人ほど幸せを感じやすいそうです。

が がんばってみよう

夢や目標ややりがいを持って、「本当になりたい自分」をめざして成長していくとき、人間は幸せを感じるといえます。ただし、“やらされ感”の強い目標ではなく、ワクワクする目標でなければ幸せにはなれません。

わ わたしらしく

人目を気にせず、自分らしく生きていける人は、そうでない人と比べて幸福感を覚えやすい傾向があるそうです。他人と自分を比べすぎず、自分軸をしっかりとって生きる人は幸せです。



いつ迄 いっしょに!!



ふくかろ こたけちゃん



もくろ こたけちゃん

3月、卒業や進級に向けて、一日一日を大切に過ごしてほしいと思います。日々、「目標」をたて「振り返り」をし、その「振り返り」をいかして「目標」をたてる、これを続けることが、一日一日を大切にすることにつながってきます。次の自分の「幸せ」を思い描き、充実した日々になることを願っています。

最後になりましたが、保護者の皆様、地域の皆様には今年度も温かいご支援とご協力をいただきましたことに深く感謝申し上げます。来年度もどうぞよろしく願いいたします。