



学校だより

横浜市立つづきの丘小学校

つづきの空

7月号

華いっぱい 夢いっぱい つづきのある学校

令和3年6月30日

あたたかいことば

校長 田淵 恵子

校庭や通用門の花壇には、環境飼育委員会の子どもたちやボランティアの方が植えた向日葵が、大空に向かってぐんぐん背を伸ばしています。

過日行われた運動会では、保護者の皆様の応援を受け、子どもたちは友達と心をつながりながら練習の成果を存分に発揮することができました。自分の責任や役割を果たし、友達とかかわり合いながら取り組んだ子どもたちの表情は、やりきったという達成感と充実感で輝いていました。早朝よりお手伝いをいただいたPTA本部役員・各係・学援隊の皆様、惜しみない声援を送ってくださった保護者の皆様、そして温かく見守ってくださった地域の皆様のご協力により、無事に開催できましたことを心より感謝申し上げます。



さて、6月23日、第1回学校保健委員会が行われました。今年度のテーマは、「ことばと心～つづきの丘小学校をあたたかいことばでいっぱいにして～」です。まず、保健委員会の児童が「あたたかいことば」について全校児童にアンケートを実施し、その結果を報告してくれました。

「あたたかいことばと聞いて、どんなことばを考えますか。」との質問では、一番多かった回答は「ありがとう」、続いて「大丈夫」でした。

次に「あたたかいことばを毎日使っていますか。」との質問では、「よく使っている」「時々使っている」と回答したのは、1・2年生と4組5組6組で約9割、3・4年生で約8割、5・6年生で約6割でした。これらの結果から高学年になるほどあたたかいことばの種類は増えるものの、使用する頻度は減っているということが分かりました。

その他、「ごめんね、がんばろう、挨拶」など、次のような回答もありました。

1・2年生と4組5組6組 「大好き、よかったね、うれしいよ、一緒に遊ぼう」

3・4年生 「どうしたの、優しいね、一緒に〇しよう、手伝おうか」

5・6年生 「優しいね、おめでとう、どんまい、すごい、どういたしまして何でも相談してね、友達になろう、大好き、一緒に〇しようお疲れさま、素敵だね、できるよ、あなたのおかげだよ、よかったね」など

続いてスクールカウンセラーの先生から、「ことば」が心と体に与える影響についてお話をしていただきました。

「人は悪口を言われると、心が傷つき、相手に言い返し、友達関係が悪くなります。これを心理学では「返報性の法則」と言います。例えば、相手からよいことを言われると、嬉しい気持ちになり、相手に親切にしよう、よい言葉かけをしようとなり、人間関係をよくすることができます。反対に悪口を言ったときは、スカットする、ストレス発散になるなどの気持ちになり、人間関係を悪くします。悪口を言っていると、だんだん盛り上がり、楽しみになってしまうようになります。これは脳内物質のドーパミンが分泌され、快感や気分を上げる働きが増しているのです。また、悪口を言うときすっきりし、一時的なストレス解消になりますが、これは別の物質のコルチゾールが出て、たくさん脳を傷つけ、機能を低下させてしまいます。相手を傷つけているようで、実は言っている自分も傷つけているのです。」というお話でした。「ことば」は心と体に深く影響を及ぼすのだと、その重みを改めて感じました。

声に出す「ことば」は見えませんが、「ことば」には力があります。人を励まし労り、ときには人を突き動かす勇気を与えてくれます。人の心を光で照らし、人と人とを結びつける架け橋となります。一方で人の心に影を落とし、人と人とを引き離します。あたたかい心があたたかいことばを生み、冷たい心が冷たいことばを生みます。相手の気持ちに寄り添い、優しさや思いやりの心をもってあたたかいことばをかけることで、相手のためだけでなく自分も穏やかな気持ちとなり、お互いに心地よさを感じます。

「あたたかいことば」が学校中にあふれ、子どもたちにとっても周りの大人たちにとっても、安心できる居場所となるよう学校づくり、人づくりをしていきたいと思います。

引き続き、保護者の皆様、地域の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

※健康観察アプリへのご協力をいただき、ありがとうございました。保護者の皆様のご協力により、朝の健康観察がスムーズに行えるようになりました。今後も感染予防に加え、熱中症対策にも留意しながら教育活動を行ってまいります。