



あったかハートなお手紙 てがみ

19



～未来をつくる 素敵^{すてき}な山内小学校^{やまうちがっこう}のみなさんへ～

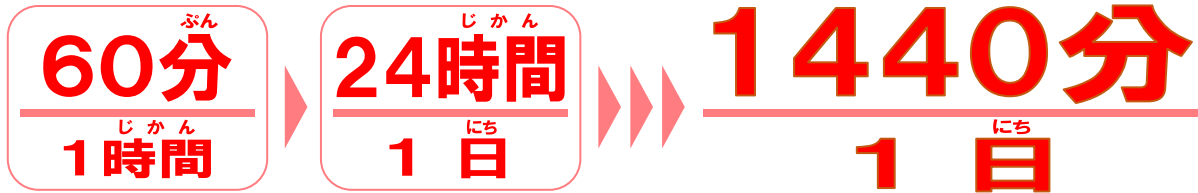
今日は2年くらい前に読んだ本から、みんなにも考え、行動にうつしてほしいことを書いてみます。4年生以上に向けてかな？ 1～3年生も、なにかのヒントになればうれしいです。

【1分でできること】

本屋さんで、ふと手にしたこの本。大人向けの、いわゆるビジネス書と言われる本です。表紙の「1440分」に目がいき、目次を見て、ペラペラとめくり… 30秒ほどで購入を決めました。この本を読んでから、校長先生の意識が少し変わり、今や習慣となってきたものがあります。



さて、まずは、1440分って何？



1日は24時間。そのことは多くの方が知っています。でも、「1日は1440分」はどうでしょう。校長先生も、この本に出会うまで、「1日は何分？」なんて意識していませんでした。

作者は続けます。「1分でできること」として次のようなことをあげています。『英単語や中国語単語を5個覚える。スクワットを20回する。トイレに行く。スケジュール帳に予定をかく。LINEを返す。コーヒーをいれる など…』

たしかに、『1分でできること』って、思っているよりたくさんありそうです。例にあるように、1分間で『漢字5個！』なんて、みんなもできそうです。さてよ、「1日1分で5個ずつ」を毎日続けたら・・・1年間で1825個！ えっ？ 小学校で習う漢字は1年生から6年生までで1026個だよ。「1日1分5個ずつ」で!? 6年分をクリア!!!! これ、すごい！

さあ、休校中のみなさん。1分でできそうなこと、考えてみましょう！ 前回の日記の話と同じ、こつこつ続けたら…すごいことになるよ！！ 校長先生は何をしているかって？ それは『筋トレ!』。朝と晩、1分セットを何回か…もうすっかり習慣となっています（笑）

【ワンタッチの法則】

この本からみんなにも伝えたいのが、「ワンタッチ」です。たぶん、お家の人に何回も言われたことのあることだと思います。学校から帰って…『くつ』『ランドセル』『上着』…。

『くつ』…「きちんとそろえなさい！」 『ランドセル』…「机のよこにちゃんとおきなさい！」 『上着』…「ちゃんとかけなさい！」 などと…。誰もが言われたことがあるでしょう。

校長先生も子どもの頃、お母さんによく言われたものです。

この本に書かれたいたことは、まさにこのことです。脱いだ服を“後で”しまうということは、もう一度その服をさわるといこと。時間のムダだということ。ツータッチはだめだよ…!!