



東っ子便り

令和5年9月8日

第10号

大津町立大津東小学校
校長 太田黒 保宏

“ありがとう”という言葉が持つ力・・・



先日、校庭の草を刈っていると、通りがかった子どもが、「〇〇先生、ありがとうございます。頑張ってください。」また、教室の窓を開けて、「〇〇先生、いつもありがとうございます。」下校中の子どもが近づいてきて、「〇〇先生、暑いので用心してくださいね。」このような優しい言葉をかけてくれた。

この夏に、ある脳科学の本を読んだところ、次のようなことが書いてあったことを思い出した。



「日常的に口に出して感謝の意を相手に述べる習慣をつけておけば、相手が誰であっても、直ぐに“ありがとう”という言葉が発することができる。」

「人に“ありがとう”という言葉が素直に言えるようになれば、脳は活性化していく。たとえネガティブな感情があっても、感謝の気持ちでつなげられたら全体としてポジティブに変えることができる。」

「人には誰でも、“自分では持っているけれど、他の人は持っていないもの”と、逆に“他の人は持っているけれど、自分では持っていないもの”がある。そこで、脳が固定観念によって縛られている状態では、自分が持っていないものを持つ相手のことを排除しようと考えがちである。しかし、自分が関わる全ての人に心を開き、固定観念に縛られない状態をつくっていけば、自分にはないものを持っている人も受け入れようと考えられるようになり、そうすると、自分の強みだけでなく自分の弱みも受け入れられるようになる。このように、全てが自分だと認められ、自分をリスペクトできるようになれば、自ずと相手への共感や感謝の念を持てるようになる。」

「人への“ありがとう”という感謝の念を持つことには、他にも脳にとってよい効果がある。その一つが、“心が安定”すること。というのも、他者との信頼という心の状態が作り出されると、幸せホルモンとも呼ばれる“オキシトシン”という物質が分泌される。特に、人に親切にして感謝されるだけでなく、人に感謝する感情を持つと大きな癒やしを得られ、これによって、オキシトシンの分泌が活発になる。」

「たとえ些細なことでも感謝し、その気持ちを伝えることは、相手のためになるだけでなく、自分にとっても非常に有用なのです。」



そんなことを考えながら、子どもたちの行動に感心していたところ、今度は廊下で2年生の3名の女の子たちに呼び止められた。

「〇〇先生、毎日登校班の時、見守ってくれてありがとうございます。」突然の感謝の言葉に胸が熱くなり、私の心にポッと感動の花が咲いた。

子どもたちの言葉は、家庭や地域、そして学校のそれぞれの環境の中で育まれている。そこでみなさんに伝えたい。

「東小の子どもたちは、感謝の気持ちを素直に伝えることができる“優しい子ども”に育っていますよ！」

そんな感謝の気持ちをもった子どもたちは、きっと10年後、20年後に、自分たちの夢を叶え立派に成長していることだろう。



健康な心身のために！

朝から楽しそうな声が、校庭に響きました。みんなとても楽しかったと、答えてくれました！



夏休みが明け、二週間が経ちました。学校での子どもたちは生活リズムを取り戻し、様々なことに精一杯取り組んでいるところです。

しかし、ニュース等でもご存知のように、全国的にインフルエンザやコロナの感染者が多く見られる状況です。

本校の子どもたちも、咳が出たり、元気がなかったりする状況も見られ、少し疲れが溜まっているようです。

従って、この週末には、生活リズムを守りながら、ゆっくりと体調を整えてもらいたいと考えています。また、調子が悪い時には、休ませていただきますようお願いいたします。



運動場で教頭先生と鬼ごっこ

保健指導～自分の体に気付く～

最近、養護の先生に保健指導をしていただいています。

「1時間外で遊んだら、ペットボトル約3本分の汗をかきます。」先生の説明に、子どもたちは驚きの連続です。遊びの時も、水分をしっかりと摂る必要性などを学び、実践しています。



3・4年生

グリーンクリンタイム&正門の花壇

8月30日に、全校で学級園の手入れをしました。子どもたちは、先生方と一緒によく頑張って作業をしました。そのお陰で、とてもすっきりとした学級園になりました。

また、正門の花壇は、母親部の内村さんに防草シートを張っていただきました。まだまだ草の勢いがあるこの季節ですので、絶大な効果を発揮すると思います。たいへんありがとうございました。



きれいな正門の花

本の読み聞かせ

9月1日、ゆうすげの会の方々をお招きして、本の読み聞かせをしていただきました。

久々の読み聞かせに、子どもたちは本に釘付けになって聞き入っていました。本の世界を楽しむ子どもたちの表情から、“楽しそう”“ドキドキしているな”など、よく分かりました。

「子どもたちが楽しんで聞いてくれたので、よかったです。」

ゆうすげの会の方々の感想に、とてもありがたく思ったところです。



2年生



5・6年生

HP 閲覧数～(R5)4月～ 8月迄の集計

HPは、週3・4回更新しています。是非見てください！



	(R5)4月	5月	6月	7月	8月
1日(月)あたり閲覧数	170	85.2	79.7	52.3	55.6
当月(期間)閲覧数	5100	2640	2390	1620	1723
累計	194750	197390	199780	201400	203123

大津東小ホームページもご覧ください！

大津東小学校 検索

