



# 加茂小だより



日頃の様子はネットの『加茂小 ニュース』で紹介中です。

6月号

## 「仲間ステージ」から「努力ステージ」へ

5月30日にステージ式があり、校長から以下のような話をしました。

4月と5月は、新しい仲間との出会いを大切にし、思いやりのある行動で安心して学校生活を送ることができるようにする「仲間ステージ」でした。学校教育目標の中の「やさしく」を中心に、重点目標の「自分から一歩！ みんなで大きな一歩！」ができたのではないかと思います。

さて、今日から「努力ステージ」が始まります。「仲間ステージ」では、「1年生を迎える会」の成功という、学校のみなが心一つにして頑張ることがありました。しかし、「努力ステージ」は、自分自身や学級・学年・学校のもっとよくしたいことを自分で決めたり、みんなで話し合っ決めてたりして、それを頑張る続けることが中心になると思います。それだけに、どれだけ自分に厳しくできるかということが大切になります。そして、もう一つ大切なことがあります。それは、仲間です。自分一人の力で頑張る続けることは、大変です。しかし、共に頑張ったり励ましてくれたりする仲間がいれば、やる気が続いたり、くじけそうなときまた頑張る気持ちが戻ったりします。そのように、「仲間ステージ」で付けた仲間の力も使い、頑張りを抜くことについて「自分から一歩！ みんなで大きな一歩！」を歩んでいきましょう。



## 長続きする幸せ

前回の学校だよりでは、『子は親の鏡』という詩を紹介しました。これを読んで、「確かに大人が子どもの手本になるべきだけど、日々の忙しさなどで心に余裕がもてず実践できない。」と思われたかもしれません。心に余裕をもつためには、まず大人が幸せを実感することが大切で、それが子どもたちにも好影響を与えます。では、どうすればよいのでしょうか。以下は、幸せについて科学的に研究してきた前野隆司氏の説明を要約したものです。

幸せには『長続きしない幸せ』と『長続きする幸せ』がある。

『長続きしない幸せ』は、地位財によって得られる幸せで、周囲との比較によって満足するかどうか感じるものを指し、具体的には金・物・地位の三つ。これらを得たことによる幸せは、すぐに慣れてしまったり、さらに上の状態が見えてしまったりするために長続きしない。

『長続きする幸せ』とは、環境・身体・心の幸せ（非地位財）。過大な不安や不満がないこと、健康であること、家族や友人などとの人間関係が良好であることは、瞬間的な喜びにはなりにくい、じわじわと長期間感じられるような幸せにつながる。そのためにどうしたらよいのか。それは、

『やってみよう因子』『ありがとう因子』『なんとかなる因子』『ありのままに因子』が高くなるように意識することが幸せへの近道になる。



前向き・感謝・樂觀・自分らしさが大切ということですね。欲張らずまず一つ心がけてみるとよいのではないのでしょうか。「でもこれらの因子を高めるためにはどのようにすればいいのかわからない。」という方がいるかもしれません。次回は、そういったことについてふれていきたいと思っております。