

各務小だより

各務小学校

校 報 11月号

令和4年11月1日



「心をととのえる」ということ

校 長 松原 里佳

秋の深まりを感じる頃となりました。「実りの秋」と言われますが、各務小学校では、毎月の生活目標や学習目標を大切にしながら、子どもたち一人一人が落ち着いて生活し、力をつけていくように取り組んでいます。教室を回ると、生活をよりよくするために自分たちで考えた取組をしたり、学習課題についての考えをノートに書き、分かりやすく説明したりと、たくさんの素敵な姿に出会います。子どもたちにとって数多くの「実り」があることを願います。

先日、6年生と修学旅行に行ってきました。好天にも恵まれ、多くの「実り」がありました。その中で、「座禅体験」を行いました。その時にお聞きした説法を少し紹介したいと思います。一つ目は、「当たり前のことを当たり前」というお話です。「当たり前である、三度の食事の時に、手を合わせて『いただきます。』『ご馳走様。』を言っているか。ご馳走という漢字には、どちらも、走り回るという意味がある。食事をいただけるのは、誰かが走り回っているから食事をいただくことができる。だからこそ、感謝を込めて手を合わせる。」私たちが普通に生活できるのは、「当たり前のことを当たり前をしている」多くの人がいて、それを感謝できる心があるからなのだ、改めて考えました。ご家庭では、食事の後のあいさつはいかがでしょうか。二つ目は、「身と呼吸と心をととのえる」というお話です。「人間は、普段、やらなければならないことや人と接する場面が数多くあり、慌ただしい毎日を送っている。そうすると、心が気遣いでいっぱいになり、あふれてしまう。いっぱいの心では、最良の方法が考えられず、自分や他人に優しくすることも難しくなる。生活の中で、心を空っぽにすることが必要である。余裕が出てくると、よく落ち着いて考えることができる。」確かに、自分の心に余裕がないと、表情も言葉づかいも険しくなると反省させられました。

「当たり前のことを当たり前でできる」ことは、自分も相手も気持ちよく生活することにつながります。ご家庭でも学校でも社会でもできるよう、子どもたちに目をかけていかなくはなりません。また、子どもたちは、自分で心を空っぽにすることは難しいように思います。様子を見ていて、空っぽにできるように声をかけ、方法を教えていくのは、大人の役割だと思います。「ゆっくりと話を聞く」「解決の方法と一緒に考える」「スキンシップ、一緒に過ごす時間を楽しむ」などなど。そのためには、子どもに接する大人が、心を空っぽにする必要があるのではないのでしょうか。子どもたちが健やかに穏やかな時間を過ごせるように。



修学旅行で行った奈良・京都。以前のような人込みが戻りつつありました。「ウィズコロナ」と言われる時代、制限されていた教育活動も、すべてが以前のようにとはいきませんが、工夫を凝らしながら、徐々に再開をしつつあります。子どもたちが心をととのえながら、たくさんの「実り」を手に入れることを願ってやみません。