



妙高市立妙高高原北小学校 12月号

学校だより

令和2年12月1日

「幸せホルモン」

校長 岡田 和則

ここへ来て全国で新型コロナウイルス感染が拡大しています。県内では小学校でクラスターが発生し、休校措置や関係者のPCR検査が行われ、多くの陽性者が出る事態となっています。移動が増え、寒さでウイルスも活発になってきており、依然として予断を許さない状況です。これまで以上に感染予防への対策をお願いいたします。

さて、先日、冬に備えて小屋へ入るポニーの「ラッキードラゴン」としばしお別れのため、1年生とともに新赤倉の山川さん宅へ伺ってきました。今年はコロナの関係で学校での動物飼育を断念したところから、地域の山川さんにお願ひし、触れ合う活動やエサやり、観察などをさせていただいてきていました。

小屋入れにあたり、1年生はお礼の意味を込めて看板を作成し、持参しました。感謝の気持ちを表そうとしたのですが、山川さんも来てくれる子供たちのためにと風船を空へ飛ばすお別れイベントを用意して下さっていました。「10、9、8・・・1、ゼロ!」カウントダウンで一斉に放たれた色とりどりの風船は、子供たちの思いを乗せて初冬の真っ青に澄んだ大空へ吸い込まれて行きました。いつまでもいつまでも、点になって見えなくなるまで追いつける子供たちの表情もさることながら、それを見つめる山川さんの嬉しそうな姿が印象的で、本当に幸せな気持ちになりました。

またこんなこともありました。10月末に2泊3日の佐渡宿泊体験旅行へ出かけた6年生が、同行した私のためと思い出アルバムを作成し、プレゼントしてくれたのです。私にとっても、6年生にとっても、この旅行は小学校生活最後の旅行です。楽しい体験ばかりでしたが、中でも思い出深いのは、男子にお風呂で背中を流してもらったことでした。38年の教員生活でももちろん初めてです。嬉しくて、涙が出ました。更にその思い出を形にして、ずっと保存できるようにと作ってくれたのです。見返すたびに、今も幸せな気持ちを感じています。

本当に「有り難い」出来事でした。本来であれば、動物体験をさせてもらった山川さんに1年生が感謝する、楽しい思い出を作ってくれた6年生に私がお礼をするべきだったところ、その上をいく対応に接し、驚くとともに何とも言えない幸福感を感じたのです。そしてこれは、こちらの勝手な想像ですが、きっと山川さんも、6年生も、相手の喜ぶ顔を見て自分も嬉しく、幸せな気持ちになっていたのではないのでしょうか。感謝する、感謝されることで出てくる「幸せホルモン」は、人を勇気付け、次もがんばるエネルギーの源です。 (次頁へ)



※注「幸せホルモン」とは、脳内物質のオキシトシン、セロトニン等を指します。

「ありがとう」というお礼や感謝を伝える言葉があります。仏教の經典法句經の「人の生を受くるは難く、やがて死すべきものの、生命あるもありがたし」という、今ここにいる、生きていること自体が、「有り難いもの」「尊いこと」であり、それが感謝の意味に変わってきたというものです。

日々の感謝の気持ちがこの生きていることの有り難さにつながっていきます。幸福感は、生きる勇気の源です。命を大切する子たちを、感謝の気持ちから育てていきたいと思えます。

学習参観、作品展を実施しました。

11月17日（火）全学年で人権教育、同和教育に関わる内容で学習参観を実施しました。差別や偏見をなくす、一人一人尊重しあえる態度が育つよう、子供たちが考え、行動できるような学習としました。また、こどもまつりとは別日に実施することとした作品展を、参観に併せて実施しました。



お弁当の日

食育の一環として今年度も11月20日（金）に実施しました。食事や調理に携わる方への感謝の気持ちを高め、望ましい食習慣や食に関する知識を身に付けることができるよう、事前学習にも取り組みました。当日は（前日から）、学年の発達段階に応じて「献立を考える」「買い物をする」「朝早く起きる」「作る」「つめる」に挑戦しました。食べるのが惜しいほどの力作もあり、和気藹々と食を楽しむ様子が見られました。

