

# イエスさまのように 認め合い、仕える子どもを目指して



巻頭言 校長 臼井 浩一

## 5月も成長の機会に

新年度が始まって1か月が過ぎました。1年生も小学校生活に慣れてきたようで、教室では、担任の先生と一生懸命に勉強し、休み時間は上級生やお友達と楽しく活発に過ごす様子が見られるようになってきました。このように新しい環境で元気いっぱいに過ごすことができる子どもいますが、新年度で環境が変わり、ひと月が経過した五月は、一般的に「五月病」と呼ばれるように、不調をきたす人が増える時期でもあります。やる気に満ちて新しい環境に入ったものの、入ってみると期待したようではなかった、レベルが高すぎてついていけない、逆に自分には物足りないといった、新しい環境とのミスマッチによって、不適応状態に陥ってしまうのです。本校の児童にも、教室や担任、ファミリーなど新しい環境が負担となり、同じ気持ちになっている子がいるかもしれません。

五月病になるのは4月でもなければ、6月でも7月でもない。新生活に少しなじみ、周りが見えてきた時期になり、多くは、3か月程度で収束し、何カ月も続くうつ病に発展することは稀と言われています。ただ、現在、落ち込んでいる我が子がそばにいるとしたら、その保護者の方は「3ヶ月のんびり様子を見ていきましょう。」という言葉に納得できるような心境ではないと思います。では、どうすればいいのでしょうか。一番は、我が子を信じて否定せず、可能性を潰さないことです。

最近「ペップトーク (Pep Talk)」と呼ばれる励ましの声掛け法が注目されています。もともとはスポーツの試合前に、コーチが選手を奮起させるためのショートスピーチのことを指していました。昨年のWBCでアメリカとの決勝戦前、日本代表のロッカールームで大谷翔平選手が行ったショートスピーチを紹介します。「僕から1個だけ。あこがれるのをやめましょう。ファーストにゴールドシュミットがいたりとか…中略…野球をやっているならば誰もが聞いたことがあるような選手たちがいると思う。今日一日だけは、やっぱりあこがれてしまったら超えられないんで。僕は今日、超えるために、トップになるために来たので、今日一日だけは、彼らへのあこがれを捨てて、勝つことだけ考えていきましょう。さあ、行こう！」実際30秒あまりのペップトークでしたが、選手たちは結果としてアメリカとの試合に勝つことができました。では、どのよう

校訓 「だから、何事でも人々からしてほしいと望むことは、人々にもその通りにせよ。」

なことを意識すれば、大谷選手のような「心を励ます言葉」が言えるようになるのでしょうか。まず「短い」と「わかりやすい」ことが大前提です。そして以下に示す①～③の順序で励ますことが重要です。

- ① **事実への共感** 「スター選手に憧れてしまう事への共感」
  - ② **考え方の変換** 「でも憧れていたら超えられない」
  - ③ **行動と激励** 「今日だけは、勝つことだけを考えてさあ行こう！」
- この3ステップを応用して悩んでいる子を励ますイメージは以下の通りです。

- ① 「新しい学年、環境だから大変だよ。悩むのも当然だよ。」
- ② 「一人で抱え込まないで、みんなに助けてもらおう。」
- ③ 「この問題を乗り越える方法を考えよう。大丈夫。できるよ。」

WBCの選手たちは、「必ず優勝する」と高い目標を立てて、練習に励み、達成することができましたが、どんなに「優勝する」と強く思っている、それを達成できる人の方が少ないのが現実です。目標を立ててがんばることは大切ですが、それがうまくいかなかった時、「どうせ自分はダメなんだ」と思いつめるのではなく、「まあ、ダメなときもあるよね」と気楽に構え、「次はこうしてみようかな」と気持ちを切り替えられることのほうが大切ではないでしょうか。

精神科医の話で興味深い内容がありました。「診療を受けている方々の多くは、話すうちに、その人なりに自分の中で考えがまとまっていく。本当の答えは自分の中にあるのです。そうして時間をかけて自分と向き合い、回復・解決していくのが一番だと思います。最終目標は、そのような自ら回復していく力、レジリエンスを高めること。ストレス抵抗力が上がるような考え方を、患者さん自身ができるようになるためのサポートをすることです。」更にこのような事が書かれていました。「どんな要素がレジリエンスの向上につながるのか、まだはっきりとはわかっていませんが、人知を超えた存在や不可抗力的な運命を信じていること、柔軟性や自己肯定感の高さなどが影響すると言われております。」本校の児童は、聖書を通して神の存在を知ります。つまり「人知を超えた存在である神を認める環境」で過ごします。また、イエス様の十字架によって私たちは罪から救われたことも学びます。「私たちひとり一人は神様の一人子が身代わりとなってでも救いたいと思った貴い存在」なのです。

新年度から1か月が過ぎ、色々な思いを持っている時期だと思います。本校の特色教育をご家庭と協力しながら実践し、この時期の問題も乗り越え、更に大きく成長していく機会になってほしいと思います。

## ◇ 検診のお知らせ

5月24日(金) 聴力検査(1、2、3、5年)  
5月28日(火) 心電図(1年生のみ)

※尿検査の再提出が必要な児童、並びに1回目に提出できなかった児童に関しては、5月24日(金)が再提出日となります。該当の児童については、学校から連絡させていただきます。

## ◇ 宿泊学習5、6年生

5月16日(木)～17日(金)

今年度も、三育中学校での宿泊学習を計画しています。5、6年生の絆を深めること、中学生と良い交流をする機会にしたいと思います。昨年度、卒業した卒業生と会うことも楽しみです。

## ◇ バイブル週間

期間：5月20日(月)～24日(金)

本校では、宗教プログラムとして毎学期「バイブル週間」を行っています。今学期は、各担任の先生によるお話です。

テーマ：「イエス様のように」

日程	お話
5月20日(月)	津嘉山美幸
5月21日(火)	名嘉春香
5月22日(水)	野口雄也
5月23日(木)	島尻 慧
5月24日(金)	仲間天河

## ◇ キッズチャーチ

バイブル週間の最終日におこなわれています。キッズチャーチは、**登校日になります。**

日時：5月25日(土) 9時15分～13時45分

・当日は、スクールバスを運行します。  
※注→帰りの到着時刻は通常の2時間前です

- ・服装：制服
- ・持ち物：お弁当、水筒、献金(100円程度)  
三育バッグのみで登校可

## ◇ B. P(Bible hour for Parents)

【保護者のためのバイブルアワー】

バイブル週間は、保護者対象の聖書の学びも計画しています。興味関心のある方はどなたでも歓迎します。是非、お子様が学んでいる聖書についてチャプレンのメッサン先生と一緒に学びましょう。

期 間：5月20日(月)～5月24日(金)

時 間：PM2:30～3:00

場 所：本校チャペル

テーマ：「私たちの教育と聖書」

※特に、申し込みなどありません。ご自由にご参加ください。

## 【 学校目標 】

<年間> ～イエス様のように～

認め合い、仕える子どもを目指して

<1学期>

「礼儀正しい子ども」

<5月の目標>

「身なりのきちんとした子ども」

<5月の暗唱聖句>

「イエスの頭を包んでいた覆いは、亜麻布と同じところには置いてなく、離れた所に丸めてあった。」 ヨハネによる福音書 20：7

## チャプレンコラム コメジャ メッサン

児童の皆さん、新しい学校、新しいクラスでの生活も一ヶ月が過ぎました。三育小学校での新しい生活にも慣れてきたと思います。今月は、「身なりのきちんとした子ども」に焦点を当てます。イエス様は、私たち一人ひとりが、この世で光を放つようにと呼びかけられました。どこに行くにしても、私たちはイエス様を代表し、神様に栄光を帰すような服装でなければなりません。

ヨハネによる福音書20章7節によると、イエス様が復活された後、弟子たちがイエス様の墓に入ると、亡くなった時に顔を覆っていた布は、折り畳んで置いてありました。印象的ではありませんか。イエス様の顔を覆っていた布は、復活された時に必要がなくなったから置いていかれたのです。私たちもイエス様に倣って、毎日正しく、その場に合った服装を心がけましょう。  
アーメン！