

佐渡市立高千小学校

令和6年度学校だより

令和6年5月2日 No.2

# しおかせ



## 挨拶をきっかけに自分磨きを

校長 後藤 洋子

風薫る五月。若葉が出始め、吹く風にも若芽の薫りがするさわやかな時季となりました。ゴールデンウィークではご家族で過ごす時間も多くなり、楽しく充実した連休を計画されていることと思います。

さて、4月9日以降、校門前で登校の様子を見ながら児童生徒に挨拶をしています。令和6年度からスクールバス通学となりましたが、小学生も中学生も元気のよい挨拶をしてくれます。中学生が小学生に「おはよう」と声をかけたり、小学生が中学校に向かう先輩の後ろ姿に大きく手を振ったりする姿は、見ていて微笑ましいです。スクールガードリーダーの服部さん、北立島駐在所の桂澤さんも児童生徒の登校を見守ってくださり、1年生も含め、安全に登校ができています。ありがとうございます。

4月25日(木)の全校朝会では、「あいさつ」について話をしました。あいさつは、漢字で「挨拶」と書きます。「挨」「拶」にはそれぞれ意味があり、「挨」は、心を開く、相手に近づく、「拶」は、迫る、すり寄るです。子どもたちには「挨拶」は、「心を開き、その心に近づく」とことと伝えました。挨拶は、人と関わる上で重要な役割を担っています。

挨拶について調べてみると「挨拶五か条」がありました。1つ目は、「感謝を伝えること」挨拶を返してくれたことに「ありがとうございます」と気持ちを込めて伝えることができます。2つ目は、「存在を認めること」挨拶は相手に声を掛けます。挨拶を返してくれると「私に気付いてくれた」と嬉しくなります。

あいさつごじょう 挨拶五か条
1.感謝をつたえる
2.存在をみとめる
3.仲良くなるきっかけ
4.印象のよさをあたえる
5.緊張をほぐす

3つ目は、「仲良くなるきっかけになるということ」初対面の人にもできるコミュニケーションの1つが、挨拶です。4つ目は、「印象のよさをあたえるということ」挨拶は出会ってすぐにするものです。「優しそう」「元気な人」などの印象は、持続するものです。5つ目は、「緊張をほぐすということ」緊張していても、挨拶をしたりされたりすると、ほっとします。また、自分から声を出すことは、緊張を解くことができます。さらに気持ちのよい挨拶をするには、①笑顔で、②相手の目を見て、③声の大きさに気を付けてと伝えました。口角を上げる(笑顔をつくる)と、幸せホルモンと言われる「セロトニン」が分泌しやすくなり、気持ちが安定すると言われています。

挨拶は、「自分から心を開いて」がポイントです。「しあわせ八変化」という言葉があります。「自分が変われば**相手**が変わる。相手が変われば**心**が変わる。心が変われば**言葉**が変わる。言葉が変われば、**態度**が変わる。態度が変われば、**習慣**が変わる。習慣が変われば、**運**が変わる。運が変われば、**人生**が変わる。」「～が変われば」を「～を変えれば」に変えると、より自分の意志で行動することにつながります。