

『武庫庄っ子』(生活指導通信)

令和3年度 年間重点生活目標 「気持ちのよいあいさつをしよう」

◇ 3月

生活目標 しずかにそうじをしよう

みなさんは、松下幸之助さんという方をご存じでしょうか。パナソニックという会社を設立し、わずか一代で有名企業へと築き上げた実業家です。「掃除を完全にすることは、一大事業である」「掃除ひとつできないような人間だったら、何もできない」という言葉まで残しているほど、掃除を大切にしている人です。ディズニーランドでも同様に、掃除を重要視しているのは、有名な話ですよね。東京ディズニーリゾートの掃除のコンセプトは「世界一安全で清潔な場所」、モットーは「汚れたから清掃するのではなく、汚れる前から清掃」です。身の周りが美しくなると心が落ち着いたり、仕事ははかどったりと良いことがたくさんあります。しかし、掃除をすることの良さは他にもあるのです。

例えば、掃除をすること自体がストレスの解消になると言われています。あるアメリカの調査では、掃除をした60%以上の方がストレス解消効果があったと報告しています。他にも、掃き掃除や拭き掃除など、反復動作を繰り返すことで、脳からセロトニンという物質が分泌されます。このセロトニンが分泌されることで、やる気の向上や学習意欲が高まるといった効果が期待できます。

また、松下氏は以下のようにも述べています。

どんな仕事でも、単純な仕事でも、真心をこめてやらないと具合が悪い。そこからいろいろなものが生まれてくるわけや。掃除の仕方でも、やっているうちに、こういう掃除の仕方があるということがわかってくる。

(引用元:PHPオンライン衆知 | 掃除ひとつできない人間には商売も政治も任せられない～松下幸之助の人間修養)

このように、掃除をすることで視野が広がり、今まで気付かなかったような些細な物事に気付く力が養えるかもしれません。1年間、お世話になった教室や廊下など心を込めて掃除ができるよう指導していきます。ご家庭でも進んで身の周りの片付けや掃除などができるよう、お声掛けよろしくお願ひします。

さて、3月は1年間のまとめの時期であり、次の学年に向けた心の準備も始めていかなければなりません。子どもたちには、しっかりと自分の目標を立て、あきらめず、くじけず、とことんこだわり、最後までやりぬいて欲しいと思っています。初めから高い目標を掲げるのではなく、小さな目標を達成し、成功体験を積み重ねることで自己肯定感も高まります(スモールステップ法)。ご家庭の方でも、毎日できそうな手伝い、家庭学習でがんばること、早寝早起きや整理整頓など、少しの努力でできることを目標に立てて、取り組ませて頂きたいと思ひます。

次年度へ向けて羽ばたけるよう、お声掛け、サポート等よろしくお願ひ致します。