

学校だより

学校だより 1月号
令和5年1月11日
発行者 外日角小学校
TEL 283-0040

「笑う門には福来たる」

～ 笑顔でいるから楽しくなる ～

校長 稲垣 一郎

新年明けましておめでとうございます。皆様方におかれましては、健やかに初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。本年も教職員一同力を合わせ、よい一年としていきたいと思っております。コロナやインフルエンザが流行る冬場は、健康管理も難しいところです。その予防には、しっかり栄養をとることはもちろん、睡眠時間をたっぷりとること、手洗い・うがい・換気を欠かさずにとること、そして、たくさん遊び、たくさん笑うことです。

子ども達の笑顔は、何物にも代えがたい宝物です。保護者の皆様も、これまでの子育ての中で、何度も子どもの笑顔に幸せを感じたり励まされたり癒やされたり救われたりしてきたのではないのでしょうか。人間は、生まれながらに笑顔を見せます。これは、「新生児微笑」と言い「笑顔を見せることで周りがさらに優しく接してくれる」という、赤ちゃんの本能的な自己防衛手段だそうです。笑顔については医学的にも研究が進み、脳を活性化し、やる気や活力が生まれる／ストレスを緩和するはたらきがある／免疫システムのはたらきがある／痛みを軽減するはたらきがある／ウイルスを攻撃するナチュラルキラー細胞を活発にする、等の効能が報告されています。

自分自身にとっても大切な笑顔ですが、なんと言っても笑顔はコミュニケーションに欠かせません。笑顔でいるときは、心が解放されています。この状態は、相手を受け入れる準備ができているということです。優しさや思いやり、相手を包み込む感情、そして、人のために時間を使うこと、人の役に立つことの根源は、笑顔にあるのです。

学校に登校したとき、笑顔で「おはようございます」と挨拶をしてくれると、嬉しくなります。今日も一日楽しく勉強したり生活したりしてほしいと、願わずにはられません。それでも、子どもの喜怒哀楽は多様に変化します。ちょっとしたことでも、怒ったり悲しんだり泣いたりするものです。友達とケンカをすることもあるでしょう。大人から叱られて落ち込んでしまうこともあるでしょう。そんなときも、自己肯定感と折れない心を働かせて、笑顔を取り戻してほしいものです。

自力で笑顔に戻れないときは、友達の力や大人の力も必要です。周囲の笑顔がその子の笑顔につながります。大事なことは、「楽しいから笑顔になる」のではなく、「笑顔でいるから楽しくなる」ということだと思います。『笑う門には福来たる』という言葉も、「笑顔でいるから楽しくなる」ということを表しています。「門」とは家や家族の意味ですが、ここでは、外日角小も含めることにします。家でも学校でも、いつもにこやかに笑って過ごせば、自然と幸せに包まれます。そんな一年にしていきたいものです。今年もどうぞよろしく願いいたします。