

東住吉中学校 校長室だより

令和3年度 No.11

ひまわり



令和3年6月14日(月)

感謝の気持ちを口にしよう



今年の9月、起業しようという若者がいます。現在、福祉の会社に勤めているのですが、これまでの経験をいかして社長になるというのです。彼は、9月の開業に向けてさまざまな準備を進めています。会社設立手続きは司法書士に、社員の雇用条件は社会労務士に、税金関係は税理士に、法的リスク回避は弁護士にと、それぞれに相談し大忙しです。

そんなバイタリティー溢れる彼を見ていて、関心があります。いつも、今日はこちらから挨拶をするぞと思って彼と会うのですが、必ず彼から先に挨拶をされてしまうのです。彼のモットーは、相手と会った瞬間に、自分から先に、相手の目を見て、大きな声で挨拶をすることだそうです。その挨拶がとても爽やかで素敵なのです。

また、彼はどんな時でも感謝の言葉を忘れません。彼は言います。「どんなに不利な状況になったとしても、感謝の言葉を口にすることで、状況は良い方向に変わっていく信じています」

2008年の北京オリンピックで、日本女子ソフトボールチームは金メダルに輝きました。このチームを陰で支えたのは、メンタルトレーニング(MT)の第一人者である西田文郎(にしだ ふみお)氏でした。彼のMT理論は、「感謝」を能力開発に活用する実践として知られています。自分にとって都合の良いことも悪いことも、全てのおいてありがたいと思えば、脳が快さを感じてストレスの軽減につながり、落ちついた気持ちになれるというのです。つまり、感謝することでストレスが減るとともに行動エネルギーが高まり、持てる力を最大限に発揮できるのだそうです。

「ありがとう」は「有ることが難(かた)い」の意味。有ってほしいと望んでも、全ての事柄がうまくいくわけではありません。しかし、どんな時でも、どんな事柄に対しても心から感謝し、「ありがとう」という言葉を口にすることで、人を敬うことにもつながり、自分自身の行動エネルギーの高まりにもつながるのです。

学校ホームページで、日々の教育活動のようすを公開しています。どうぞ、本校ホームページを閲覧してください。

