



# 稲穂

豊崎小学校 校長室通信

令和5年10月18日

第7号 文責 久保 亨

## 学習発表会、大成功！

先日の学習発表会には、多数の保護者・地域の皆様にご来校いただき、感謝申し上げます。4年ぶりに制限のない発表会となり、たくさんの皆様に子どもたちの頑張る姿をご覧いただくことができました。子どもたちの人数が減ってしまい、学級編成も変則的になっていることから、発表学年も変則的な組み合わせとなりましたが、46名全員が最後まで全力で頑張り、力を合わせて学習発表会を成功させました。皆様のたくさんの拍手が、子どもたちの心に響いたものと思います。本当にありがとうございました。

子どもたちは、ぐんぐん自分の力を伸ばしています。これも、保護者・地域の皆様の支えあってのことです。今後とも、ご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。



### 子どもの幸せ ⇄ 親の幸せ



子どもが幸せになれば、親は幸せです。では、どうすれば子どもは幸せになるのでしょうか？

子どもの幸せのためには、まずは、親が幸せであることが必要だと思います。もちろん、親が自分の好きなことばかりをして、子どものことを蔑ろにしてよいということではありません。子どもの拠り所は家庭です。子どもにとって家庭が安心・安全で、成長のために有意義な環境であることが理想です。ですから、「親」を「家庭」と言い換えてもよいかもしれません。

ところで、そもそも「幸せ」とは何でしょうか。お金持ちになれば幸せなのでしょうか。地位や名誉を得れば幸せなのでしょうか…。大変、難しい問題です。

あるとき、雑誌を読んでいると、「幸福の公式」というのが目に入りました。「公式」というと数学が頭に浮かびます。「幸福」と「数学」は相入れない関係のような気もしますが…。とりあえず、読み進めると、心理学の分野で開発されたもので、「 $H(\text{幸福}) = S(\text{規定値}) + C(\text{生活状態}) + V(\text{自発的活動})$ 」というのだそうです。「規定値＝ものの考え方、とらえ方」「生活状態＝日々の出来事」「自発的活動＝自分で選んだ活動をしているか」で、それぞれ幸福度に占める割合は、規定値40%、生活状態10%、自発的活動50%だそうです。

「生活状態」の割合が少ないのに驚きました。一時的に何か起きてても、感情は一瞬上がったりがったりするだけで、長くは影響しないのだそうです。確かにそうかもしれません。そうすると、幸せとは、その人のものの考え方やとらえ方、自発的活動をしているかどうかにかかっていると言えます。それなら、自分にも何とかなりそうな気がしてきました。何事も、「～しか」ではなく、「～も」とポジティブにとらえる。1日の中で1分でもよいから自発的な活動をする…。

行動と思考習慣を改善して、幸福度を高めていきたいものです。