

# 北ぐに

(2025年)8月29日(金)発行



## 『生きてるだけで、丸儲け』

主幹教諭 伊藤 拓

例年にも増して暑かった夏休みが明け、生徒の皆さんの元気な顔が学校に戻ってきました。旅行に出かけたり、本を読んだり、スポーツに打ち込んだり…。この夏も、それぞれにかけがえない経験を積んだことでしょう。

夏休みには、普段はゆっくり見ることも少ないテレビを通して気付かされることも多くあります。世界では今も争いが起こっていたり、痛ましい事故や自然災害のニュースも目にします。一方、そのような中で夏休み中の学校に目を向けると、グラウンドや体育館で汗を流し、仲間と声をかけ合いながら部活動に励む子どもたちの姿、学習会に参加する姿、学校祭に向けてアイデアを出し合う姿、がありました。その姿からは、「生きている」エネルギーや喜びを感じます。そんな、当たり前のように当たり前ではない日々に触れたとき、ふと思い出す言葉があります。

「生きてるだけで、丸儲け」

これは、タレントの明石家さんまさんが、過去の大きな飛行機事故に巻き込まれそうになった経験から語られた言葉です。本人もその便に乗る予定でしたが、偶然のスケジュール変更によって1便早い飛行機を利用し、命が助かったのだそうです。この時、思うようにいかないことがあっても、「今日も生きている」ということそのものに価値があり、有難さを強く感じたと言います。この言葉から、娘さんにも「IMARU」と名付けたことは有名な話です。

子どもたちも我々大人も、日々の忙しさや悩みの中で、つい忘れがちなこの感覚。だからこそ今、子どもたちには「生きていること」そのものに、もう一度目を向けてほしいと思います。そして、間もなくやってくる学校祭。自分の居場所や役割を感じ、「自分が必要とされている」という実感を得ることのできる行事でもあります。学校祭における役割は様々ですが、自分ができることで誰かのために動けた経験、誰かに感謝された経験こそが、子どもたちの心に響き、生きる源となるのではないのでしょうか。

すぐに大きなことができなくても大丈夫。今日も無事に朝を迎え、誰かにおはようと声をかけ、誰かにありがとうが言えて、笑顔になってもらえた。明石家さんまさんの言葉を借りれば、それだけで十分丸儲けです。

御家庭でも、子どもたちが経験した日常にぜひ耳を傾けていただき、さりげない努力や成長にあたたかい声をかけていただければ幸いです。今学期もどうぞよろしく願いいたします。

### 保護者の皆様へ

約1か月間の夏休み中、お子様の成長をご家庭で見守っていただきありがとうございました。2学期には、教科の授業に加えて学校祭、体育大会、総合的な学習の時間の日など様々な行事があります。また3年生は進路選択を本格的に考え、決める大切な期間になります。そのような大変な時期を乗り越えるときは、大きな成長ができるチャンスであると同時に、ストレスがかかるリスクも潜んでいます。お忙しいとは存じますが、裏面の「試してみよう!コーチング」などを参考にいただき、お子様とよくコミュニケーションをとっていただけると幸いです。また、その中で、心配なことがありましたら学校までご相談いただけますよう、お願い申し上げます。

私が1学期で最も印象に残った行事は宿泊学習です。私は総務係でしたが、クラスのメンバーが変わってから約1カ月間で班員をまとめることができるか心配でした。しかし班員が協力してくれたおかげで、すぐにみんなと打ち解けて協力して計画を立てることができたので、不安が少し和らぎました。宿泊学習当日の自主研修では、しっかり計画を立てたはずでしたが、班員とはぐれそうになってしまったり、時間を守れなかったりとたくさんの問題が起きてしまいました。その時に私は、普段の学校生活でできない事は、宿泊学習ではできないと言うことを痛感しました。この経験から私は「時間を守ること」、そして「集団としての意識を持つこと」の2点を日頃から意識しようと思いました。

今日から2学期が始まります。2学期には多くの行事がありますが、宿泊学習での反省を生かし、時間と集団意識を大切に日常生活を過ごしたいと思います。その延長線上に2学期最大の行事であり、私がプロジェクト長を務める学校祭があります。学校祭の取組は反省を生かし、2学期で成長したことを発揮できる場所だと思っています。プロジェクト長として「みんなの時間を無駄にしないこと」、そして「学級として集団としての意識を持つこと」を意識して、取り組みたいと思います。2年生の2学期で中学校生活の半分が終わってしまいます。3年生への成長を試される時期でもあると思うので、「愛される人、愛される学年」を目指して成長していきたいと思っています。

## 試してみよう！コーチング（連載2…傾聴1）



今回から、より具体的になります。ぜひすぐご活用ください。

執筆：日本メンターコーチ協会認定メンターコーチ 上田昌史

### ぜひ、聴ききりましょう！

コーチングが適切だと、相手が自分の真の望みや強みに気づき、〇〇しよう！と具体的な行動を自分から始めます。親子の関係では、子どもが前進してほしい保護者と、本来は前に進みたい子どもの思いは同じです。もちろん生徒同士（友人同士）でも同じです。あとは、成功する接し方です。

#### ☆ポイント…「傾聴」し、話してもらいましょう！

人は、頭の中で考えているだけよりも、実際に話す、書くなどして外に出す（アウトプットする）と、その時、確認・整理・まとめしようとするので、無意識だった自分の思いに気がつきます。この気づきが、やる気スイッチONをもたらします。相手の表現が不十分だったり、賛同不可な時でも、まず受けとりましょう。そのとき、簡単なのに、とても有効な聴き方があります。以下の例などを早速意識し、ぜひ実践を！

- ・最後まで聴く。
- ・心も体も相手を見て、興味をもって聴く。
- ・気持ちも実際も視線の高さをそろえる。
- ・ずーっとよい表情（エンゼルフェイス）で頷きながら聴く。

プロのコーチは、さらに「ジャッジしない」「第六感も大切」にします。つまり「それは違う」などと判定や否定の言葉を言わず（表情も）、まず受け止めます。（→この効果は絶大！）さらに「なんとなくいつもと違う様子だけど何故だろう」など、いわゆる「勘」も駆使して聴くのです。ぜひ、みなさんも取り入れてください。

※傾聴に、あなたが思いつく工夫を加えましょう。上記以外いっぱいあります。「すごい傾聴」などベストセラーの本一冊になるほどです。



©mana2025

#### <まとめ>

一生懸命聴いてくれる人がいると、話をします。すると、自分が本当はどうしたいのかなどが整理され意識化されます。ここで「いいねえ」などと相槌をいれるとコーチング効果アップですが、それは次のポイント「承認」での工夫になります。