

☆『10歳のミッション～キミを一生ささえる31の行動～』って本を知っていますか？

普段はあまり本を読まない私ですが、本屋さんに行ったとき、この「キミを一生ささえる…」というサブタイトルと、著者がNHK・Eテレ「にほんごであそぼう」やニュースのコメンテーターとしても有名な大学教授の齋藤孝先生であることに興味がわき読んでみました。



この本の中では、自分に自信をつけていくため、また、自分以外の人とかかわって生きていくために必要な31の行動が、「友だち・家族のミッション」「生活のミッション」「まなびのミッション」「あそびのミッション」「心のミッション」の5つに分けて書かれています。タイトルは『10歳の・・・』ですが、中学生の皆さんにとっても、また大人にとっても必要で大切な「ミッション」だなあと考えさせられるものでした。

いくつか紹介しますね。

友だち・家族のミッション1 あいさつで心を開け！

♡あいさつはコミュニケーションの基本で人間関係をよくしてくれる。

笑顔で、明るく、元気よく！

生活のミッション5 ときには、がまんするべし！

♡ときにはやりたいことをがまんして、やるべきことをきちんとやる。

自分の感情をコントロールできるようになると自信につながるよ！

まなびのミッション4 まちがえてもいいから自分の考えをのべよ！

♡自分で決めることを先送りにしていると、考えのない大人になっちゃうよ。

でも、発言するときはむやみに人を傷つけない、決めつけないように気をつけよう！

あそびのミッション1 体を動かして、エネルギーを出しきれ！

♡体を動かすと、体も心も健康になるよ！

出しおしめせず、毎日エネルギーを出しきることを続けていくとパワーアップするよ！

心のミッション6 とにかく思い切り笑うべし！

♡ちょっとしたことで思い切り笑うと、心が前向きになれるよ！

ただし、人をばかにしたり、傷つけたり、差別したりする笑いはだめですよ。

いかがですか？「確かに…」とうなずけるものばかりですね。

本の中で齋藤先生は「気楽にできそうなものからやってみて」そして「自分で新しいミッションを生み出していくことも大切」とおっしゃっています。

もっと詳しく読んでみたいなあ…他にどんなミッションがあるのかなあ…と興味を持った人は、図書室に本を置いておくので、ぜひ手に取ってみてください。

☆保護者の皆様へ



本年度、本校の生徒指導主事を担当することになりました高橋 祥子^{たかはし しょうこ}です。保護者の皆様、地域の皆様と協力しながら、子どもたちの学校生活がよりよいものになるように尽力してまいりたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。