

## プレゼント ～意義・感性～ (番外編 3)

H22. 12 月

- ① 11月に生まれた我末娘には「楓<sup>もみじ</sup>」と名付けた。  
その娘が保育園の頃、誕生日のプレゼントを何にするか？  
迷った挙句<sup>あげく</sup>、山で拾った紅葉<sup>もみじ</sup>を三枚プレゼントした。  
本当の「赤」「黄」「オレンジ」を、おそらくはじめて認識した娘の目がキラキラ輝いていたのを思い出す。後日、妻が色彩絵具を買ってやっていたように思う。

(矢追正典)

- ② それはクリスマスプレゼントから始まった。夫が、リボンのかかった包みを抱えて戻ってきた… …「ファミコンだよ」と夫が嬉しそうに答えた。「そんなの買っちゃっていいの？」母は、控えめに反論した。「何言ってるんだよ。こういうのを早いうちからやっていた方が、反射能力が育つんだよ」そう弁解している夫自身が、一番テレビゲームをやりたいのではない

い

かと思った。…

…、夕食もそこそこに、その夜から、一家のゲームフィーバーが始まった。

…、

子どもたちも、これまで見せたことのないような集中力で、熱心に画面を見守っている。……

新たな変化が起きたのは、長女が小学四年、長男が小学一年のことである。

ゲーム機をセットし、自らやり出した。…

…ゲームへの熱中には波があり、新しい魅力のあるものに出会うと、

それから

何ヶ月か、そのことしか頭にない日々が続く。

幼い子ども向けのシリーズを卒業すると、次に熱中し始めたのは、

ロールプ

レイング・ゲーム (RPG) だった。登場人物になって、ストー

リーの中で、

敵を倒したり、……。毎日こんな会話が繰り返された。「あんた、

まだやってん

の？もう二時間になるわ。三十分だっていう約束じゃ

かったの」「うるさいな。

もうちょっとだって言ってるのに」宿題をしてからじ

ないとダメというと、あ

っという間にやっちゃって、すぐにゲームに取りかかる。わからない問題は、ろくに考えずに、飛ばして空欄のままになっている。携帯用ゲーム機を買ってからは、どこへ行くときも、それを持ち歩くようになった。旅行に出かけても、車の後部座席で、ずっとゲームをしている。布団の中でもやっている。視力が0.2にまで下がっていた。

中学に入っても別に勉強に熱が入るわけでもなく、運動クラブに入ったもの

の、

結局二学期に入って辞めてしまった。意欲がなく、友達ともあまり遊ばなくなった。パソコンをやっている方が、親としても歓迎だった。だが、夏休み以降、生活は乱れていた。息子は毎年、海やプールに出かけたり、山登りすることを楽しみにしていた。ところが、今年には行かないと言い出した。

ある日、夫の母親がこう言った。「孫 (長男の方) が、目を見て話してくれな

くな

った」と。

その後、Nさん一家は、地獄の泥沼から脱出する苦勞をする。

(岡田尊司～『脳内汚染からの脱出』よ

り)

……ご参考になればと、書いてみました。

H23. 1. 22

### 1月のことば ～睡眠①「生体時計」

今年の成人式はいつか？数年前より大阪、高知、沖縄を主に荒れる。原因を調査……  
三府県の共通点は何か？……すると、いずれも「夜更かし」である事が判明。

人間は地球時間に合わせて行動せねば様々なる弊害が生じる。

それを感じる生体時計は目の奥にある視交叉上核<sup>しこうさじょうかく</sup>。ここで朝の光を感知して、一日の体温とホルモン分泌を整える。

#### 結果1 「夜更かし 朝寝坊」

- ・脳の働きを低下させる……広島の小学校で実験。睡眠8時間以上は高得点
- ・キレやすくなる …… 感情抑制のセロトニンが低下
- ・老化が促進 …… 4時間睡眠を1週間続ける実験で、老化確認
- ・癌のリスクを高める …… 抗酸化物質の低下
- ・性的成熟の抑制が低下
- ・太る …………… 3歳児睡眠9時間未満は、中一時に通常の1.6倍肥満となる。血糖の問題。

#### 結果2 「早寝早起き」

- ・最近の脳科学によると、人の潜在能力を最大限に発揮させる手段であることがわかってきている。

「正月」はそもそも“正しい月”の意。つまり古代より悪い癖がついた政道、習慣をリセットして直すこと。「子どもの人権を守る」とは、子どもが日中、充分活動できる様に生活習慣を正し整えて、社会には正義を実現しておいてやること。これが本当の大人の義務<sup>なり</sup>也。

## 2月のことば ～ 睡眠②「明るい夜への警告」

小寒、七草、鏡開き、小正月、冬土用入り、大寒、(二十日正月)、節分、立春… と、月と日を記せますか？

日本の神々は自然そのものです。つまり、自然（自然現象・物事の道理）に逆らうと様々な障壁が生じますが、順応した生活・仕事を行なうと、天が味方してくれるのです。

その自然の最も身近な単位。それは一日の“地球時間”。

まずこれに逆らうと、様々な弊害が積みまってくる。

---

\* \* \*

[科学的]に言うならば…

人間は朝の光に反応（視交叉上核）し、脳の真ん中（セロトニン神経）より情報発信し、心と体を起動させます。

一方、成長・生体リズム・病気予防（主にガン）に必要なメラトニンは1歳～5歳の間に最も多く分泌されるのですが、これは夜、暗い環境でのみ生じます。

---

\* \* \*

[故に]

- × 夜更かしで減った睡眠時間を、朝寝坊や昼寝で取り返す事(できない)
- × 電球をつけたまま寝る
- × 子どもが寝ているのに家族が横でテレビを視ている
- × 夜、子どもを店に連れ回す 等

は、天に逆らう事となり、必ずリスクが付いてきます。

[そこで]

- ・ まず早寝……日本の子は世界一睡眠不足  
 (小4) 日本 … 9:40 就寝  
 アメリカ … 8:40 就寝
- ・ 寝室は暗く、静かに
- ・ 早起き……起きにくければ、まず電気をつける。窓を開けて光に当たる。

(視交叉上核スイッチON)

- ・ 早朝の本読み、体操、野菜や花への水やり等の目的を持つ 等。

「鬼は外 福は内」

……些細な工夫より、生活・生き方を良い方向に。

H23. 2. 26

### 3月のことば ～ 起床・活動①「リズム運動」

<sup>しゅんどう</sup>春動。冬から春への移行は、静から動、夜から朝へ を連想する。

「山笑う」というのは、山景色を遠くより眺めて樹木が“笑”の字に見えると、春。  
<sup>しょうもよう</sup>笑 模様の山中に入ると冬山とは全く違う自然の情景あり。

しかし、この変化は突然現れるわけではなく、<sup>かす</sup>微かな風や<sup>わず</sup>僅かな雪解け水がポタポタと垂れる事より始まる。そしてこの他愛もないリズムの連続が、やがて大きな春への変化を起こさせていく。

起床後の活動は、脳で指揮者の役割を担う“セロトニン神経”の活動が重要。  
セロトニン神経が

◎よく働いていると

- ・ 体温が上がって「さあやるぞ」状態となる。
- ・ 背筋をシャキッとさせて、顔に締まりが出る。
- ・ 不安、緊張の神経を抑える。 等。

◎弱っていると

- ・ まぶたが落ちて、首坐らず。
- ・ 頭が重い、腹が痛い。
- ・ 心不安定、～への依存症、攻撃行動が多くなる。 等。

…となります。

<sup>しゅんどう</sup>春動する山の如く。セロトニン神経には「リズム運動」で活性化するという特徴あり。リズム運動とは、呼吸、歩行、噛む事や、“はないちもんめ”“まりつき”等の遊びの様に、一定間隔で同じ動作を連続して繰り返す事である。実は、この動きが脳を発達させて生きる力を付けていき、やがて見事に「山笑う」如く、人の能力を開花させていくのです。

## 4月のことば ～挨拶、人の心を動かすもの～

桜咲く。

寒い間の大震災は全てを奪い、多くの人々が苦しんでいて、日本中が心痛む思いでいます。しかし、自然はきちりと季節をめぐらせて、春の風を吹かせます。春風は柔らかなれど、何事も深く包み込んで癒す力と、朽ち枯れているものを蘇<sup>よみがえ</sup>らせ、生命を育む途方もない力があります。

自然に学ぶは人の道<sup>みち</sup>。

人の生活は公私にわたり、我意<sup>わがい</sup>を人に理解して貰おうとする活動です。人に自分の意見をわかってもらうには、「理論と感情」が必要。

今の情報化社会では「理論」である数値や、文章マニュアルや、システム上の理屈があたかも、その意見を通し、社会を動かすが如く思えますが、実は「情緒的な感情」が人の心に響き、社会を動かしているのです。

人への情緒的な感情。

つまり、「あの人はいい人。」「あの人の為やったら」「あの人が言う意見は聞こう」と発展していくのです。この感情を育む第一は“挨拶”。

挨拶は…。

はじめは目と目が合うと軽く礼。次は一言、季節、天候の事、「寒いでんなァー」「今日は少し暖かいですねェ」「雨かなあ。」等。後、柔らかな話題より……………と発展します。

大人も子どもも、春風の如く、まずは挨拶から、そして人の立場を思える包容力が、人と社会を動かします。

---

＊

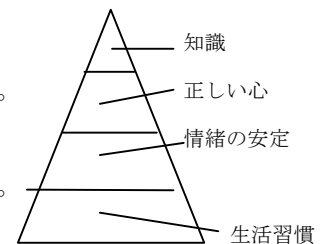
＊

(次回からは「生きる力を育む、賢い人づくり ～ 活動②」のつづきをお話します。)

## 5月のことば ～活動、体をうごかす②～

風薫る季節。新緑の勢いはめざましく、子ども達の成長もかくの如きかと思わされます。  
 連休を挟み、“生活”がその育みに大きな影響を与える<sup>せつ</sup>節。

- ・人づくりの土台は“生活習慣”。
- ・生活習慣には  
   「食事」「睡眠」そして「運動」（活動）という三大要素あり。
- ・この三要素がうまくいくと基礎体温が向上。
- ・基礎体温が高いと…「やる気」が湧いて何事もうまく行える。  
   基礎体温が低いと…やる気なく何事も失敗、注意散漫。



「運動あそび」には、体温を上昇させる効果がありますが、…この体温上昇は、運動後、  
 ひととき  
 一時のことをいうのではなく、正しい生活リズムを整えるのに効果があって、基礎体温が  
 上がることを意味します。

つまり、「よく動くから よく食べて、よく眠れる」「よく眠れるから～…」「よく食べ  
 れるから～…」という訳で、「基礎体温上昇 → やる気高揚 → 生きる力の強い人」となる  
 のです。

ところが、子どもの運動量が年々低下。年長児の歩数は昭和 60 年代に 1 日 12000 歩あつ  
 たのが、最近では 5000 歩程？ 日本が世界に負けていく理由がわかります。

しかし、ここで一考。

子どもの運動量は、信頼できる大人と一緒に遊んでやると劇的に増加するという法則あり！  
 ゴールデンウィーク。家族でよく体を動かして遊び、生活習慣を整え「生きる力」を育み  
 ましょう。

政府に物申す。「強い日本にする日（祝日）」を連休中に入れる事。

## 6月のことば ～運動（活動）③

蒸し暑くなる季節ですが、早朝の大和川の堤防はまるで巡礼者の列の如く黙々と歩く人多し。ふと「早寝早起き、朝ごはん、そしてよく動く」と、生活習慣のプロかと思いつ、私もこの人達と同じなので、20 数年このかた病欠日なし。

基礎体温を上げる方策①。

“睡眠” “食事” “活動” をきちりと行うことによって上昇。

「人のやる気」は良い先生にあれやこれやと“根性論”を教えて

貰<sup>もら</sup>って身に付くのではなく、生活習慣。 体温を上げる事。

一方、基礎体温が低いとやる気なく病<sup>やまい</sup>発生。癌<sup>がん</sup>細胞は、低体温

(35 度台)で最も活発化して体を蝕<sup>むしば</sup>むとか。

基礎体温を上げる方策②。

それは、血液を体の隅々まで快活に流す事。つまり筋肉をつけ

る事。……という、子どもも老人もバーベルを持ち上げねばな

らないのか？と連想するが、人間の筋肉の 70%は下半身にあり。

つまり「歩く」ことが大切。よって冒頭の、大和川を歩く人達は正解。

早朝、熟<sup>じゅくねんしよし</sup>年諸氏の行動より、悩める生活からの脱出のヒントを得ん。

大人も子どもも一日一万歩。

## 7月のことば ～ 環境に適応した体を育む

今年の夏は原発事故から電力不足が問われています。

特に冷房。震災が起きて、人間の生活のエゴを考え直す機会とよく言われますが、そもそも夏に、寒くなるほど冷房して体がだるくなるのはエゴそのもの。

<sup>わたくしごと</sup>私事、昨年夏から日本の歴史をつくった先輩方のご苦労に敬意を払う意味で、クーラーをやめる決意をしました。しかし実行してみると苦しく、結局、事務仕事や風呂上がりや、運動後には使用する事とし、何もない時や就寝時に消す事としたのです。

これで一夏<sup>ひとなつ</sup>を終えてみると、膝、腰の痛み<sup>ひざ</sup>がとれて、疲れる事はあるものの、体がだるかったり、頭がボーっとする事はなくなりました。

---

＊

＊

人間づくりの土台は生活習慣。

そして、その土地の環境に適応した体になる事。

今の時代、日本は年の1/2が夏。つまり5～6ヶ月間は半袖。

しかし、夏に弱い人が激増。原因の一つは汗腺の数。

そもそも汗腺は400万個あると言われていたますが、昨今の子ども達は激減。乳幼児期からのクーラーと、体を動かさない事が原因。

汗腺の数は3歳までに決まり、4,5歳でも使ってないとなくなります。

---

＊

＊

生活習慣に起因した「生きる力（やる気）」と「環境に適応した心身」を持つ人を一人でも多くつくるのが、地域の力や国の力となるはずです。

※「震災 ～ 原発事故 ～ 電力不足」から、光熱水や、クーラー等の使い方を今一度見直す機会です。



## 「海の日」 ～ 東北地方にまつわる日本人の心

### 一、平成 23 年

東日本大震災において政治対応がまごつく中、天皇陛下は発生直後に異例のメッセージを發表され、現地を御巡幸されて人々を励まされました。

陛下は「この大災害を生き抜き、被災者としての自らを励ましつつ、これからの日々を生きようとしている人々の雄々しきに、深く胸を打たれています。」とお述べになりました。

### 二、昭和 21 年

昭和天皇は、「ふりつもる み雪にたへて いろかへぬ 松ぞををしき 人もかくあれ」（積雪に耐え抜き凜として立つ松の木の雄々しきに深く心を寄せられ、我々もそうありたい）とお詠みになり、敗戦で焦土と化した全国を御巡幸された。

福島～宮城県を訪れた際には、地下 450 メートル・40 度の炭鉱まで降りられ、働く人々に励ましの声をかけ、学校で宿泊し、風呂の設備なく、たらいの水でお身体を拭かれ、教室の床に御座を敷いて、お休みになられた。

### 三、明治元年

戊辰戦争は、西国雄藩ほしんせんそうからなる新政府軍と、東北の奥羽越列藩さいごくゆうはんが死力を尽くし戦う。東北惨敗。しかし日本の近代化は、この律義な東北人の犠牲の上に成立。

#### 明治 9 年

明治天皇は、戊辰戦争後の人々を慰撫いぶし激励するため東北を御巡幸。地元の小学生が螢一籠ほたるひとかごを持ってきたのを、喜んで受け取られる。

福島～宮城～岩手～青森と北上し、更に津軽海峡を渡り函館はこだてまで強行。三陸沖を南下し、7月20日横浜港に無事ご帰着。

ここにおいて日本は心一つとなり、近代を歩み出したと思われます。よって戦前はこの日を“海の日”として大切にしました。

### 四、平成 23 年 4 月 27 日

今上陛下は皇后陛下とともに、仙台市の避難所を訪問されました。

- ・床に膝をついて見舞われた光景
- ・被災者が、自宅に咲いたという黄色い水仙の花を、皇后陛下が優しく

受け取られたシーン等。  
は、その昔、昭和天皇が宿泊した教室のゴザ、明治天皇が手にされた蛍一籠と  
タイアップして、皇室と東北をつなぐうるわしい記憶と思われます。

## 五、7月20日

この様な由緒を持つ記念日が、ハッピーマンデーなる不思議な制度により  
不明となりつつあるのは、残念でなりません。

東北に生きる同胞への激励に遠路も通しとせず臨まれた明治天皇、昭和天皇、  
今上陛下の行動とお言葉を心に刻み、被災地復興を願い、支援をしたいものです。

占部賢志 著『美しい日本人の物語』参考

H23.7.23

### 「昭和の夏休み」

#### ～ 生活習慣の確立は 生活の見通し① へとつながる

子どもの頃の夏休みと言え、<sup>ラジオ体操</sup>“ラジオ体操”を思い出す。  
一週間程、田舎の従兄弟の家に泊まりに行き、<sup>いなか いとこ</sup>ないと思っていたラジオ体操があった。  
しかし、一日の流れはこれに参加する事で決定された。

つまり、早起き、洗面、体操、おいしい朝食、宿題ドリル、学校のプール、カレーライス、チュー  
リップ型ガラス器のかき氷、タイマー付き扇風機の昼寝、読書、子ども会のソフトボールの練習、蟬取り、  
腹が減って夕食、水玉タイルの風呂、勉強、TV、寝床での幽霊の話、蚊帳をつるしての就寝 と…。

生活の流れが一定であると、人は「次は、これをする」と見通しを持つ事が出来て心が落ち着く。

————— \* ————— \* ————— \* —————

しかし、年齢が幼くなる程、些細な大人の都合でこの見通しがつかなくなり混乱。  
例えば、

- ・朝起きて「トイレに行って顔を洗う」のか？「顔を洗ってトイレに行くのか？」  
子どもは今日はトイレが先だったから、明日トイレを先に行こうとして、明日になると、母から  
「顔洗わなあかんやろ！」と言われ、朝起きると何を先にしていいかわからなくなり、結局母に怒鳴ら  
れなければできなくなったり…。
- ・「水あそび」など、その日の大人の都合ですと、次又、いつできるか見通しが立たないので、  
子どもは「いやや、もっとしたい」と駄々をこねる。  
しかし、一定の時間、順番で必ず又できると見通しがついていれば「又明日あそぼう」と納得。 等。

————— \* ————— \* ————— \* —————

<sup>いなか いとこ</sup>田舎の従兄弟の家での昭和の夏休みは、シンプルながらわかりやすい生活の流れが確立していた。  
子どもが、生活に見通しを持つ事ができた。  
だから、一々大人に怒鳴られず行動していた。元気でやんちゃだが、心に落ち着きがあり、興味に  
集中力が宿った…。

- ・ミンミン蟬とクマ蟬のつかまえ方の違い？（高い所、低い所）
- ・クワガタ虫のつかまえ方？（早朝時間の加減がポイント）

- ・上杉謙信がなぜ敵に塩を送ったのか？（義か？利か？）
- ・分数と小数の早い計算方法。そろばんの指の練習方法（極秘）
- ・ソフトボールの作戦タイムは、注意したい本人のみ呼ばない（相手にばれる）
- ・スイカの種の取り易い切り方、奇数・偶数人での分け方 等。  
 （模様に沿って）                      （三角型・半月型）

決して学校では教えてもらえない事を、学び考えた夏であった。

4年6組41番 矢追正典  
 ～ 8月のことば

H23.8.27

### 9月のことば～ 生活の見通し②

秋のはじまり。仕事はまず落ち着いて集中し、的確に熱心に…  
 …これが晩秋の収穫に至る…というイメージで臨みたきもの。

その秋のはじまりにできることは、生活習慣を整えることと、生活の見通しが分る工夫を  
 すること。

生活の見通しは情緒の安定につながる

(右図参照) →

#### 生活の見通しが分る工夫 (その1)

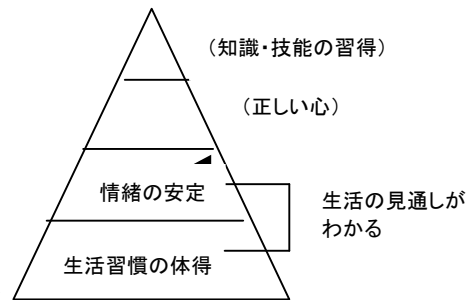
生活の空間は「寝室、食事、洗面・風呂、集中して何かをする所、リラックス、遊び」と大きく分れますが、  
 部屋の雰囲気や物の置き方等を考えて、子どもでも  
 分りやすくする必要があります。

・ つまり、「ここは静かにする所」「ここは食べ物を持ってきたらあかん所」等。大人に  
 一々言われてやらされるのではなく、大人は補助するものの、子どもが自ら分ってできる  
 ようにして、いつもの所にいつもの物があるように配慮すると、「お風呂はタオルを並べた  
 順番や」「食卓の席は決まってて、箸を並べてからお母さんの料理をこの敷物の上に置く  
 んや… そして食べるんや」という風になります。

・ 注意すべくは、(1) 大人がまずやって見せること、(2) 大人が子どもの小さなルールを  
 無神経に破らないことと、思われます。

「お風呂はタオルの順番やったのに」「食事の時間、席は決まっていたのに」「遊べるのは  
 ～時までだったのに」等、その日の大人の都合で変えると、結局は言われるまでしない、  
 監視されないと勉強しない、集中できる時間が分らないから手っ取り早い“戦いごっこ”  
 しかしない子となり …思春期に「うざい！」の文言が…。

逆に家庭と保育園が揃って、子ども達に生活の見通しがつくように配慮したならば、



情緒が安定し、落ち着いて物事を考えたり、人の話を聞ける子となり、そういう人が社会生活を営み、仕事をするならば、レベルの高い地域になるのではないのでしょうか。

そう言えば、薄<sup>すすき</sup>に囲まれた日本建築の家は簾<sup>すだれ</sup>、三和土<sup>たたく</sup>、障子<sup>しょうじ</sup>、縁側<sup>えんがわ</sup>、～の間、座布団<sup>ざぶたん</sup>、敷物<sup>しきもの</sup>、布<sup>ついで</sup>、衝立て等と生活の見通し<sup>みとおし</sup>が分る工夫だらけ… 静かに落ち着いて虫の音<sup>ね</sup>、月の光を味わえたのでないか。

〔 十五夜 ～ ポピュラーに楽しむ月  
十三夜 ～ 通<sup>つう</sup>が味わう月 〕

H23. 8. 14

## 「運」

・ 運<sup>うん</sup>を掴<sup>つか</sup>む人 = 成功する人、幸せな人

・ 運<sup>うん</sup>を掴<sup>つか</sup>む為には、とある知力が必要

・ 知力には2種類あり

### 1、インテリジェンス

学校で言う学力、点数、IQ等で測れる

一流企業、大学、官僚、参謀としては良し

肥前佐賀藩の武士、昭和の参謀本部、軍令部、士官学校

### 2、インテレクト

= 運を掴<sup>つか</sup>む知力

物事がピカッと光る様に理解できる能力、

見えない測れない能力

統帥型 … 薩摩藩出身の將軍達、昭和天皇、エリザベス女王、

松下幸之助、明治日本の典型的な母達、会長、経営者

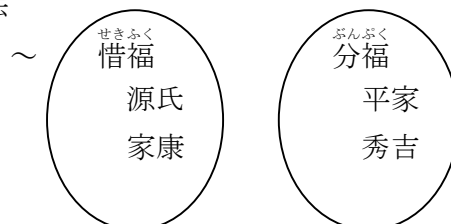
園長…等に必要。

結局、道理を正しく導いて幸せとなるタイプ

万感の想いで絶えず周囲を見る、受け身の緊張を持続する事に

より備わると思われる。

・ 運を引きつける方法



H23. 9. 14 (白秋のつどい)

## 心を育む②

- 1 <sup>こころ</sup>心の語源・・・・・・・・こころ変わるから 心臓の音？  
触れ合いの機微に大切
  
- 2 魂・・・・・・・・外の刺激を受けても変わらないもの  
大和魂・・・現在心を述べたもの多し 魂を教えるものなし
  
- 3 人間学不在の時代
  - (1) 江戸時代の教育
    - ・修己治人の学、徳育中心
    - ・武士道の最も重んずるものは義（正義の為に命を懸ける）  
⇒ 明治の成功に至る
  
  - (2) 明治以降の教育
    - ・知識、技術に力点
  
  - (3) 戦後～現在
    - ・知識のみ ×徳育なし ×「公」なし ○「私」のみ  
⇒ 天変 地異 人妖へ  
便利なリーダーは出現しない リーダーは育てるものである

---

※「三つ子の魂百まで」～ 脳の前頭葉は12歳までに完成  
童謡を聞いて歌う意義

※懐かしい父親の話し～ 桂 小金治

桂 小金治さんの子供の頃である。  
ハーモニカが流行した。小金治少年も欲しくなり、父親にねだった。父親は黙って  
榊の葉を取り、見事な草笛を吹いて聴かせた。

「お前も練習すれば吹けるようになる」

小金治少年は懸命に練習した。だが、なかなか父親のように吹けず、練習を止め  
てしまう。すると、父親は言った。

「努力は誰でもする。その努力の上に辛抱<sup>しんぼう</sup>という棒を立てろ。その棒の上に花が咲くん  
だ」

この言葉に後押しされて小金治少年はまた練習に励み、ついに草笛を吹きこなせるよ  
うになった。翌朝目を醒ますと、枕元にハーモニカが置いてあった。

No.1

H23.9.24

## 10月のことば

### 生活の見通し③ ～導線

読書の秋。何にも邪魔されず、ゆったりとした気分で物事を考えるとそこから新たな発見や  
閃きが生じます。

情緒が安定するためには、「生活の見通し」がなくてはなりません。

生活の見通しをつける為には、

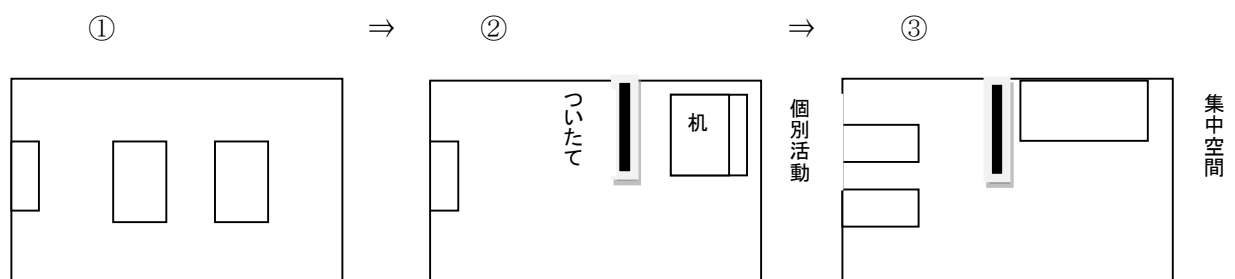
- 1、生活の各場面の時間・場所・位置を定める（8月のことば）
- 2、室内レイアウトを工夫する（9月のことば）
- 3、「導線」を考える（今月）

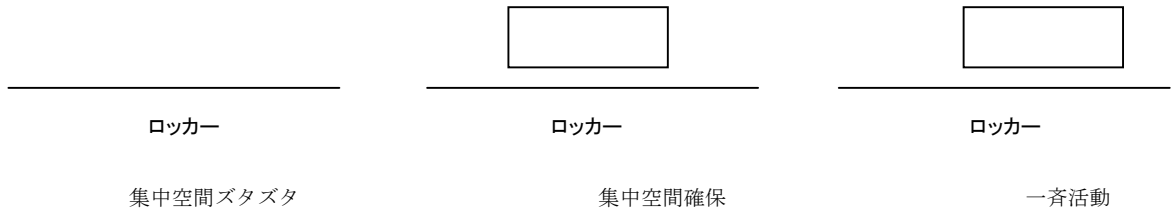
…ことが必要と思われれます。

人間の生活は目的にしたがって時間ごとに場所を移動しており、「導線」とはこの、人の流  
れを考えるものです。

これが保育室・家庭で考えられていないと、あらゆる空間が通路となり、せっかく集中して  
いるのに、そこを横切って、結局、どこにいても落ち着きません。それで、実際にぶつかって  
の喧嘩、集中できないから高度な思考・遊びができず、手っ取り早い“戦いごっこ”“TVゲー  
ム”…となります。

“導線”の考え方の一例





何事も“環境”が大切。集中して思考をめぐらせて読書ができる場合も、それは時間と場所が確保されていて、その状態がいつまで続くのか、「見通し」がついているからです。

しゅうめい  
秋明。子ども達が生活で見通しのつくようにしてやり、情緒が安定する環境をつくるならば、自然とその能力は、湧き出づると確信するものであります。

No. 2

## 「導線」とは

### ・導線

人の流れ方を考える時に使う用語です。人が無駄なく効果的に動けるよう、通路の取り方を考える時に使います。

### ・動線

子どもがどのような動き方をしているかを表す言葉。





## 11月のことば 生活の見通し④ ～言葉・声

小春日和は“秋桜”の唄を思い出す。普段のさり気ない言葉を、タイミングよく手渡された時、人の心は動く。

広辞苑によると

「声」・・・ 人類又は動物の発声器から出る音、物の振動から発する音  
(つまり、その人にとって意味を含まない音響)

「言葉」・・・ 人の音声の意味を持っているもの

・・・と、有り。

先月まで述べた「生活の見通し」をつける話は

- 居場所
- レイアウト
- 導線 ～ 物の配置の工夫

・・・という主にハード面の考え方。

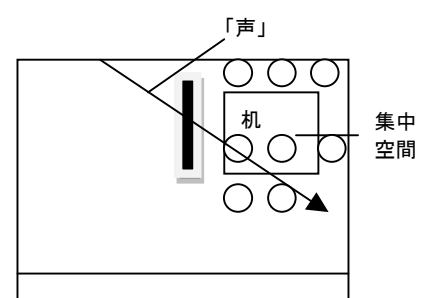
そこで今月はソフト面。

せっかくハード面で子ども達の“集中空間”を確保しても、大人の「声」によって分断されると、子どもの集中力が元に戻るまで、(今まで情緒が安定し集中力を得た時間の) 数倍を要します。

皆が無神経に右図の如く声を出すと・・・

・・・結局、子どもは落ち着きません。

又、キョロキョロと大人の顔色を見て指示を待つようになり、将来自習ができなくなる傾向があります。



そこで一考。

---

集中力破壊

「声」を「言葉」に変えてみます。

用があるならその人の所まで行って普通の声で丁寧に言葉を手渡すと、子ども（人）の集中空間を邪魔する事がないばかりか、相手にも真意がよく伝わります。

これを保育園のみならず家庭・職場で行なったならば、情緒の安定した文化力の高い地域になるのではないかと、文化の日を前に思うのです。

## 給食会議

平成 23 年 9 月 29 日 (木)

(本園・分園調理室、事務所)

Pm3:00～

### <案件>

- 1) 食育だより、食育年間計画(畑を含む)の内容
- 2) 献立及び食材について
- 3) ローテーション
- 4) 食の細かい子どもに対する関わりと、保育士、保護者との連携
- 5) その他

---

1) <食育だより>

- ・“食”と“教育”の両面から、期待をこめた形式で。
- ・子どもの姿が見えるもの。      ・食に対する悩みに寄り添う形。
- ・家族で読めるように。      ・視覚に訴える。

<食育年間計画>

- ・苗を植える～世話～収穫～後片付け…最後まできちんと子ども達と一緒にすること。食育年間計画の中に組み込む。

2) <献立>

- ・土曜日の3時のおやつ時も、牛乳を提供する。おやつは調理の先生がアレルギー用と一般用と分けてカゴに入れてくれるので、それを提供すること。
- ・0才児クラスで1歳になった子は、保護者の了解が得られれば、カレーを提供する。
- ・カレーの時に野菜サラダ等も年に何度か入れてもらう。
- ・子どもの好きそうなメニューを週1ぐらいのサイクルで入れてほしい。
- ・離乳食用のおやつをもう少し種類を増やしてほしい。

3) <ローテーション>

- ・分園矢野先生が公休の時は、安田先生が調理担当しています。10月以降もその体制でいこうと思います。

4) <食の細かい子どもに対する関わりや、その他食に対する相談業務>

- ・新入園児や途中入園児、在園児でアレルギーがあったりする子に対しては、できるだけ栄養士も保護者との面談に入るようにする。

5) <その他>

- ・残食を調べてなぜ残っているのか考え、次の調理に生かすようにしている。

H23. 11. 19

## 12月のことば

生活の見通し⑤ (言葉② 音質)  
～自主性を育む～

<ことばの内容・方位>

最近12月になると、街中にイルミネーションが飾られるようになりました。クリスマスに何を言うか？ 年賀状に一筆何を書くか？ 気の利いた言葉の内容を考えさせられます。

言葉は生活の見通しを分らせる上でタイミングよく<sup>ちよっと</sup>一寸掛けると、子ども(人)の自主性を育む上で良い補助となります。しかし、強制的な内容の言葉や、無神経に人の集中(力)空間を分断する大声は、些細に芽生えた自主性を壊し、生活の見通しのない指示待ちの人間を作ります。

以上の事より、言葉は「その場に応じた適度な大きさと内容で、人に手渡すごとく伝える」のが良いと思われま

---

<音の質>

しかし、それだけではありません。

言葉は、音の質も大切です。<sup>ちまた</sup> 巷のクリスマスの歌唱指導で、まず求められるのは<sup>じごえ</sup>地声に<sup>どうせい</sup>あらず“頭声”。

- ・<sup>どうせい</sup>頭声とは…頭蓋骨を響かして出す声で、頭上から出したり又はハミングする如く…  
峰不二子やバカボンのママの如く<sup>つや</sup>艶っぽく聞こえて、“愛”を感じる声で…  
(⇒やる気・自主性を育む)
- ・<sup>じごえ</sup>地声とは…喉から出して、戦争映画の悪者やドラえもんのスネ男の如く…  
“命令を感じる”“感性のない”声…  
(⇒指示待ち、無目的人間、自習が出来ない子へ)

…と言うと誰しも、子育てこそ頭声で！と思います。

しかし、実際にその頭声が使われるのは、人に頼み事や、悩みを相談する時、あるいは

恋愛の際等に限られて、肝心の子育てや教育の場で地声（～大声）が使われているのではないかと危惧するのです。

\* ————— \*

<愛の効果>

愛を感じさせる音質の言葉は、人にやる気を起こさせ、自主性を育みます。言葉は毎日かけられるもので、愛を感じる言葉がけと命令とを感じる言葉では、人づくりへの影響は大。

そして一年の差は歴然。

イルミネーションの月。

“愛”を感じさせる言葉で、大人も子どもも、自主性・やる気を育みましょう。

H23. 11. 12

1月のことば  
生活の見通し⑥～「言葉と動作」

年が変わると、まず真新しい手帳を開き予定を書き入れます。その中に、すでに予定を知らされて記入しているものもあり、早目に予定を知らせてくれた人の顔が思い浮かびます。予定は早目に言葉掛けされる程、親切に感じ、自身の人間性を尊重されている様に思えて、当該行事に「力を発揮せねばならぬ」とやる気が出ます。

しかし、予定を直前に言われると、「あまり重要視されていないんだなァー。」と思い、更にその行事が始まってから言われると、「命令～強制」を感じます。

\* ————— \*

故に、人から自主性、やる気を引き出すのは、「言葉が先、行動が後」の原則があると思われまます。

(事例1) 寝たきり患者の病室

- × 悪い看護婦さん …… 意思確認の言葉を掛けず下着を交換する  
⇒ 患者は強制を感じる
- 良い看護婦さん …… 意思確認の言葉を掛けて下着を交換する  
⇒ 患者は自分の意思で換えたと思えて、自分で生きているという幸せを感じる

(事例2) 職場にて人の文房具を借りる時

- × 悪い事務員 …… 人の文具を取ってから「借りるでえ」と言う  
⇒ 冷たい人、いばった人を感じる
- 良い事務員 …… 「借りてもいいですか」と言って確認してから人の文具を取る  
⇒ 丁寧な人、親切な人を感じる

(事例3) 子どものいる家庭

- × 悪い母親 …… “無言で” “説明もしないで” “携帯電話をしながら”～授乳させる、おしめを換える  
子どもを掴んで場所移動をさせる  
手を引っ張る こついてやらせる  
⇒ 子どもは強制、冷たさ、人間不信を感じてやる気のない人間となる

- 良い母親 …… まず優しい言葉掛けをしてから ～授乳する  
おしめを換える、  
納得させてから手を添えて移動する  
納得させた後、物事を一緒にしてあげる  
⇒ 子どもは、物事や生活の見通しが分り、  
“自分でした”という満足感と人間に対する  
信頼感を持つに至り、何事にもやる気のある  
人間となる

※ 言葉の話せない幼児、赤ちゃんになる程、親にされた事は体にしみ込みます。(前頭葉の成長時期)

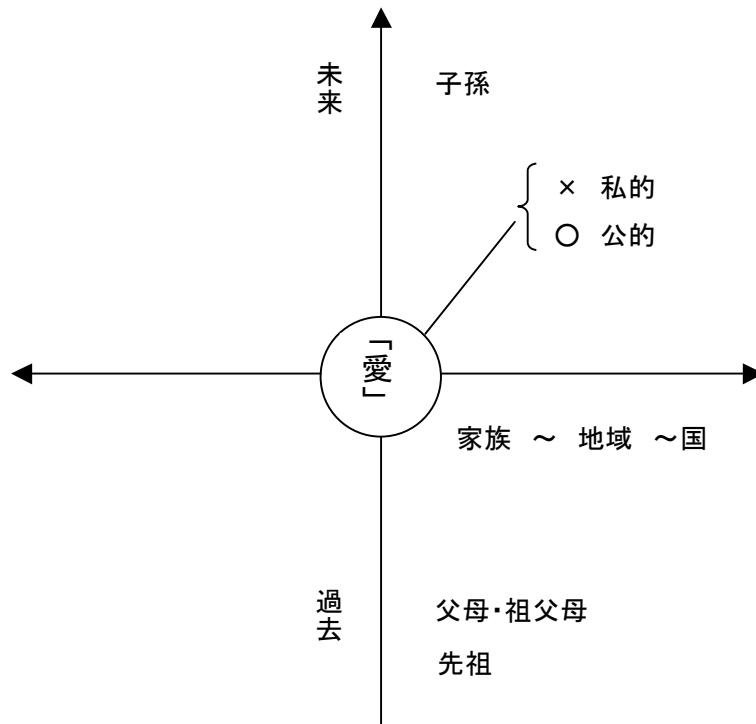
\*

\*

新年吉初<sup>きつしよ</sup>。まず優しい言葉掛けから行動に移りましょう。

平成 24. 1. 3

### 生きる基軸 ～今の日本人の欠如したる考え方



\*

\*

\*

◎ 愛の入門編は私的な恋でもよし、しかし、そのままでは他への悪臭多くなる。  
見返りなく全てを包む公的な愛で要<sup>かなめ</sup>を止めておく必要有。

◎ 状況を判断する場合

- 1、「国の為になるのか？ 地域の為・家族の為になるのか？」  
それを逆にも思考… 「家族・地域の為が国の為になるのか？」
- 2、「国民の総意に基づく」とは… 今の人都合のみで考えず  
過去その事に命をかけてきた先輩・先祖の事、その理由や  
将来の子孫の為になるか否か？を熟慮すること。

◎ その他

- ・ 日本神話 ～ 混迷の時代 … 日本人の基軸
- ・
- ・
- ・
- ・

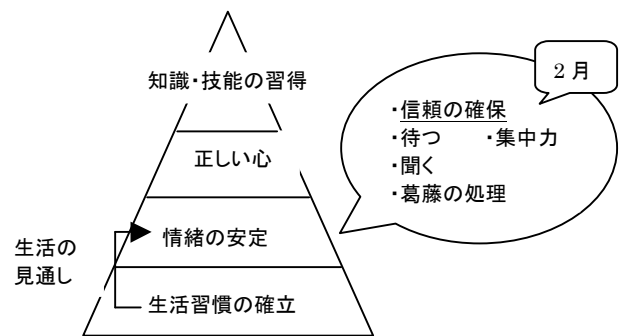
H24. 1. 3

2月のことば  
生活の見通し⑥～「言葉と動作」

◎ 人づくりの話の確認

人づくりをピラミッドに例えてきた  
話しは、下から順に造らねばならず、  
「生活習慣の確立」が「生活の見通し」を生み、  
それが「情緒の安定」に至る、というもの。  
建て物も、大工さんがこだわるのはその地が  
水平か否か。

教育・学問もまず、平らかな心があるか否か。  
つまり、落ち着いて話を聞く事ができるか否か（情緒の安定）。  
その情緒の安定という、素直で平らかな地（心）をつくるのにまず必要なのは、  
初歩的な“信頼の確保”。



————— \* ————— \* —————

◎ { 情緒の安定① ～ 初歩的な信頼の確保 }

「鬼は外！」今の鬼は、社会・大人を信頼できぬ者による事件・事故。  
そこで信頼の築き方を一考。

- ・ 同じ事を幾度も尋ねる子は … 大人を試しており、答えの内容より対応が大切。
- ・ 同じ遊びをずうっとしている子は …  
… 何かわずかな違いや、ファンタジーの世界に入り楽しんでいる場合があり、  
一旦、その中に一緒に入り共感する必要有。
- ・ 子どものする事は、大人の所作からするといずれも失敗である。  
… よって、一つできた事があれば誉めて次に誘う。
- ・ 子どもの動きを否定するのではなく、どの様にさせるのかを考える。

… ルールは、禁止事項を作るのではなく「～すると ～ができる」約束をする。

等を考え、工夫し、まず特定の大人との信頼関係を築き情緒を安定させます。

… すると「福は…」子どもが持ってきてくれます。

H24. 2. 25

### 3月のことば 情緒の安定② ～「待つ」

三月弥生<sup>きた</sup>春来る。日本ではまだ寒い一月に新春、二月に立春、雨水<sup>うすい</sup>・・・そして啓蟄<sup>けいちつ</sup>と、ず～っと春を待っています。

考えてみると、人生・生活のほとんどは、待つ準備している時間です。

例えば、

- ・お餅を食べるのは一瞬。しかし年末より皆で搗<sup>つ</sup>いて、飾り、正月や鏡開きを迎えるのを（待っている）。
- ・行事、発表を行うのは一瞬。しかし準備、練習をして、その事がいかに意義あるものかを分り（待っている）。
- ・子どもの成長を夢見て、人生計画を立てて、仕事をがんばって（待っている）。
- ・旅行へ行こうと計画、準備して（待っている）。

それで

この「待ち方」がポイント。・・・いかに、将来の、先のイメージを豊かにできるかに幸、不幸が左右されます。

だから、子どもには準備が見えるようにして分らせることが必要です。

「遊びの順」や「音・匂いで美味しい食事」や「服を吊<sup>つ</sup>るして見て楽しい行事」をイメージして静かに待てる・・・

そもそも日本人が、ず～っと春をイメージして情緒豊かに待つ<sup>ごと</sup>く・・・

そこに文化が宿るのです。

## 4月のことば ～「感謝の心」… 幸せ感が成功を招く

新学期。…別れから出会いへ、そこで考え方も転換する話。  
昔、コペルニクスは「太陽が地球の周囲を回っているのではなく、地球が太陽の周囲を回っている。」とことを発見した。以降、考え方が180度変わる事を“コペルニクスの転換”と言うようになった。

今、幸せ感につきコペルニクスの転換あり。  
それは、「成功したら幸せになるのではなく、幸せになれば成功する。」ということである。  
つまり、成功の周りに幸せが集まるのではなく、幸せ（感謝）が中心にあり、成功はその周囲を回っているに過ぎぬということ。

---

❀ ————— ❀

脳科学的には、幸せを感じる神経はドーパミンとセロトニン。

### ●ドーパミン的幸せ感とは…

ないものを得た時に感じる幸せ。又は、いい地位に就きたい、試合に勝ちたい等と思い夜遅くまで仕事や、厳しいトレーニングをして頑張り、達成した時に感じる幸せ。  
しかし、やらされていると思った瞬間、ストレス反応に転じる。又、達成直後の幸せ感も長続きせず、更に幸せを求めないと不幸となる特徴あり。  
期限を定められた仕事や、発展途上国が前に進む時には最適。  
これまで世界を席卷<sup>せつげん</sup>してきた西洋の「自分が頑張る」幸せを得る価値観。

### ◎セロトニンの幸せ感とは…

人の為<sup>とも</sup>に何かをする事で心に灯る幸せ感。“死”をプログラムした遺伝子が、次の生命の為 自分を壊す時に得る満足感。継続できる幸福感。  
情操・感性・技術等、点数化できない分野に有り。  
ジョギング、ウォーキング、リズム的な運動、読経、呼吸法等からも得られる。  
ブータン国王、故スティーブ・ジョブズ、江戸期～戦前の日本人、震災後の“絆”もこのセロトニンの生き方。

---

❀ ————— ❀

人は、セロトニンの幸福感が続いた時に信じられない力を発揮し、創造性が豊かに



なり、能率も上がり、結果的に物事が成功します。その為に幸せの感度を上げて日常の生活・仕事に「感謝する心」を持つ事が大切です。

〔挨拶 ～ 言葉がけ ～ 相手の立場を考えた思いやり ～ 自分は我慢 人の為に ～ 貢献したいという心 ～ 他の人と喜びを分かち合い… 人の笑顔が見たい と。〕

そういう幸せの連鎖があらゆる成功を招きます。

～ 5月からは又、教育・保育の方法論 ～ 情緒の安定③

「聞く」

の話をいたします。

H24. 4. 28

### 5月のことば ～情緒の安定③ 「聞く」

風薫る季節。春先の移動や異動から一ヶ月。大人も子どもも時間・場所の流れや意味がわかり、生活に見通しがついてくると、情緒が安定してきます。

心静かに……の中にこそ、「待つ」「聞く」「集中力を保つ」「葛藤を処理する」「協調する」等という人間としての高度な行動と考えが宿ります。

---

「聞く」

歴史上の偉人達は、実は 皆 話を聞く天才ばかりです。

現在の24時間可能な“情報を知る”という事と、“話を聞く力”は別のもの。

人の“話を聞く力”は体得が必要であり、人間としての資質を決定します。

しかし、人が話を聞く為には、とある条件が必要。

それは、

- ① 毎日の生活のどの場面で話しが始まるのか？何分程の話なのか？  
どんな趣旨なのか？ 等の見通しがついている事 と、
- ② 内容がその子（人）の発達段階（程度）に合っている事… です。

例えば

- ① 朝の挨拶、園歌の後の季節の話。靴を揃えて服を着替えて、指導前のお約束の話。昼下がりが風葉のそよぎを感じつつ聞く昔話。夜 お布団に入り聞くお母さんの子守唄と童謡…等は、いずれも話しの見通しと無言のルールがついています。

② 又、「絵本の読み聞かせ」で、乳児は丸の中に丸がある（おっぱいの）形や、パピペポを好んだり。幼児ではア ▲ と上がる音を好み、「あ」「お」が心を開かせる音となるように… 発達に合っている事も聞く為には大切な要因です。

今 我々は、「便利だから」「楽だから」といってテレビを<sup>み</sup>視させたり、子どもが本来自然と身につけるべき生活のルール、聞くルールを自ら壊しておいて大声で「人の話しを聞け！」と怒鳴りつけてないか… と、 五月 緑に思うのです。

H24. 5. 26

### 6月のことば ～情緒の安定④ 「集中力」

蒸し暑くなるこの時期、プロスポーツの世界ではフォームや姿勢の再チェック。  
つまり余分なところに力が入ってないかを点検し、微妙な力加減を修正し更に集中力を増し結果を残します。これは、スポーツのみならず仕事、勉強、生活も同じです。

「集中力」の<sup>こしちこ</sup>五七五。

- ・「微妙なる 力加減が 強いこと。」
- ・「<sup>あわ</sup>淡い味 感じるものが 深いこと。」
- ・「繊細な 違いわかるが <sup>つう</sup>通なこと。」

・・・正風作。

しかし、今の世はこれに反し、繊細でなく力一杯のみの行動や、刺激的な事・味、淡いものを無駄として省略、○か×のみの回答…が氾濫。

よって、子ども達には、

- \* ボタンを押すだけの遊びではなく、力加減が必要なものを…
- \* 刺激的ではなく淡い味・匂いがわかるものを…
- \* キャラクターという強烈な虚像ではなく、ほのかにイメージできるものを…
- \* いかに大きな声・音を出すかよりも音質・意味にこだわりを…
- \* 緑の中でも何種類の緑があるかを…
- \* ○か×かのジャッジより様々な角度の考えがあることを…

\* 水、泥、土、風、暖かい、温かい…

等の感覚を体得させねばならず、これらは保育園の時期に分る事であり、後学で知る事はできません。

「集中力」 ～ 人生を一流に生きるか否かはここにあるのです。

ことば番外編 H24. 6. 11

### ヒヨちゃんの死 ～そこに花あらば…

みんなから可愛がられていたニワトリのヒヨちゃんが、6月1日創立記念日の午後3時に亡くなりました。

ヒヨちゃんは昨年8月に、ひよんな事から預かったヒヨコ3羽の内の1羽です。現在の住宅事情・世情の中で、ニワトリが人間とともに生きられる可能性は皆無に等しく、様々な人から“処分”の声を聞くのが実情です。

しかし、ゴザの上で寝そべる我足元で、無邪気にたわむれる3羽のヒヨコは可愛く、「自分が巡り合った命は大切にせねばならぬ。」と思いました。

ところがすぐに1羽が亡くなり、更にヒヨちゃんは生まれつき足が付け根から奇型で立てなかったのです。

…… そこからが奮戦記（我妻）

動けない体… メタボの防止… 毎朝、野菜を刻んでのエサづくり…

朝夕 ～ 畑地と玄関内サークルを抱きかかえての移動

床ずれ ～ 化膿 ～ 獣医通い、抗生物質の投与、点滴、

床ずれ防止サークルの工夫、毎日本体を新しいタオルで拭く等…

ヒヨちゃんの世話当番などはなく… 次第にそれぞれの職員や子どもが自然と介抱するようになりました。

生まれてこの方 やさしい言葉がけで育てられたヒヨちゃんは、日本一幸せで、性格のいい鳥となりました。

しかし、先日…… 誰もいない時に、丁度一番世話をしていた3名(J, J, I)がたまたま居合わせた目の前で…… 少し苦しむ声を上げ、甘えるように静かに目を閉じて亡くなったのです。

【 誰に迷惑をかける訳でもなく… しかし、少し淋しいからといつもの3人のみに  
身寵<sup>みまか</sup>って貰<sup>もら</sup>い亡くなる というのは健気<sup>けんげ</sup>… 】

一つの生命は、どんなものでも とある意味を持っていると言われます。

ヒヨちゃんが生きた意味…

それは…

- ・そこに命があれば大切にすることを映し出したこと。
  - ・そこに花があれば水をやることができるか
  - ・そこに皆の為に行うべき仕事があれば 黙って笑顔で行えるか
- …が 人として崇高であるということを私たちに伝えたように思います。

ヒヨちゃんはその日の内にJ先生が葬儀場に連れて行き、茶毘に付しました。  
写真で見る死顔は「ありがとう」と言ってるかの如く穏やかなものでした。

又、私にこのとりとめもない文章を書かせているのもヒヨちゃんでしょう。  
我々大人諸賢人は、この体験を子どもに話し、命の意味を伝えられればと思います。

今回、ニワトリを飼育する限界も感じさせられました。

しかし、残った1羽の「コッコさん」は、今も元気に畑で鳴いています。

淋しがらせないように皆で可愛がりお世話をしたいものです。

H24. 6. 23

## 7月のことば 情緒の安定⑤ ～葛藤の処理

七夕のおりひめとひこぼしは、仲が良すぎたので神様は二人の間に“天の川”をつくって、一年に一回だけしか会えないようにしました。子ども心に… その年の7月7日が曇っていると、次の年まで会えないのか？ とも思いました。

ともあれ、普段はずっと会えず、思い通りにいかずにいるのです。

民話・童話で「何でも思い通りになる話」には、どこかうさん臭く落とし穴が待っています。  
考えてみると私達の実生活は思い通りにならない葛藤ばかり。

この葛藤を処理できず、自暴自棄となり他人に迷惑をかけると、待っているのは不幸。  
逆に上手く処理できると“人間らしさ”に輝きが増して、幸福が訪れます。

そこで葛藤の処理方法を検証。

### × <下手に処理をする人>

保育園の頃に生活習慣が不安定で、時間の見通しがつかず……

よって、手っ取り早い遊びしかできず、TV・ゲーム・戦いごっことなる。

これにファストフードの食事が加わり……

結果、「規格外の事がわからない」「大脳で人間としての思考ができない」「微妙な人の顔色、ニュアンスがわからない」となり、思い通りにいかなかった場合（葛藤）への対応不能。ストレスを溜めることができず、暴言・暴力に移行する。

### ○ <上手く処理する人>

保育園の頃に生活習慣が安定していて、時間の見通しができる。…これにより情緒が安定する。

よって、遊びが進化。つまり、ルールのあるもの（鬼ごっこ、かくれんぼ）、生活の場面を真似たもの（ごっこ遊び）、微妙な違い（自然素材の遊び）、センスのわかる遊びとなる。

結果、葛藤に対し「合議」「人の事を思っでの理解」「順番」「代替案への納得」、「先の事を考えて待てる」等、ストレスを内包し、いい方向へ導く能力がつく。

☆

（

☆

夏の夜空。読者諸氏の中には失恋を経験して、今の幸せな家庭を築いている人もあるか  
と思います。人生は、むしろ葛藤を上手く処理する人が、社会から求められる人材となり、  
自然に、人・物・財がつくのです。

H24. 7. 28

## 8月のことば

### 情緒の安定⑥ ～葛藤の処理2 「心の力」

この夏休み、小学生達と早朝読書をしようかと思う。只し、本は日本人の  
伝記と限定。つまり、どれも国の為に自らの困難を乗り越えて人々の幸福に  
寄与した人の話しである。

言いかえると、「思いどおりにならない葛藤をうまく処理し、それがかえっ  
て大きな力となり、人々に幸を与えた人の話し」である。

・人が心の力を得る時の法則…

「捨欲即大欲」

例えば甲子園という舞台で負けた球児が、高校野球という小さな世界の欲を  
捨てた時に、もう一つ大きくプロとして人生の勝者になるのだという欲を持つ  
に至るような事や…

又、受給されるべき食料が自分に回って来なかった際に、“よし、喰わずに  
頑張ろう”と覚悟を決めた途端、「世の中の食べられない人の思いに報いてや  
ろう。」と天下を相手とする大欲が芽生えるといった事等。

「しんぼう」

社会は思いどおりにならない事ばかり…　そこでまず辛抱できるか？

辛いことにじっと耐え忍んで努力すれば、やがて心の中に「心棒」という精神の柱ができ、その結果「信望」が集まる。金や武力で世は動かぬ、信望で動く。  
(伝記はいずれもこれらの法則で展開)

夏の読書は小学生の心に大きな力を与えるでしょう。  
しかし、集中して読書ができるのは情緒の安定が大前提。又、心に力をつけることができるのは上手な葛藤の処理能力。  
よって保育園時代の「生活」と「遊び」が上手くできているかどうかで、差は開く。  
(『7月のことば』参照)

H24. 8. 25

## 9月のことば 情緒の安定⑦ ～「静寂より思考は生ず」

静けさの中に鈴虫の声を聞くと、情緒深い秋の趣おもむきが感じられます。  
しかし、これは“静けさ”があってこそ“深く”感じられるのであり、夜空の月も静かなればこそ様々な思いを巡らすことができます。  
賢人けんじんいわ曰く。「蜜蜂は暗闇でないと蜜を作らないのと同じく、人間のあらゆる思考は沈黙の中より生じた。」と…  
50年程前、ノーベル賞を量産していたヨーロッパの各大学の校内はシーンと静まり、研究に没頭できる雰囲気があったが、日本の大学（特に寮等）では「無音でいたい権利よりも < 音を出したい権利」がまかり通り、総じて騒がしかったとの事です。  
そういえば夏休みの小学生達との早朝読書が上手くいったのは、私も一緒になって40分間“静けさ”を作ったからだ実感しています。  
しかし今、音が氾濫。街での不必要なBGM、集中して遊んでいる（学んでいる）子どもへの不用意な大人の声、TVをつけながら…の癖等。  
これらは決して、深い思考や感情を育てることはなく、浅く短絡的な考えしかできぬ人間を作っていくと推察できます。  
よって、子どもの学びにおいて、又、生活・仕事で考える場面において、「静かなる沈黙の時間」をコンスタントに担保する必要があります。  
お彼岸に故人の事を思う時、線香一本燃え尽きる間の静寂なくば、深く偲しのべず。又、人生の岐路きろに立たされた時（就職、結婚、マイホーム購入、仕事の問題、そして子育て等）、いずれも沈黙して考えたはずです。

秋の夜の静けさの中に、貴方はどこまで思考を深める事ができますか。

注1) 「蜜蜂は暗いところでなければ蜜をつくらない。同じように人間は沈黙している時しかアイデア（思想）は湧かない」・・・カーライル

注2) 「肉体に食べものが必要なように、精神も食物が必要。精神の食べ物とは黙想のことである」・・・新渡戸稲造

H24. 9. 29

## 10月のことば

### 正しい心① ～ 「天に従う」

遠景に山を眺めて草木の色が「装う」という形に見えると、秋の山（「笑」という形に見えると春山）。四季は必ず巡り、正確に天の動き・地の動きを繰り返す、人間・動物・草木に至る万物は、この自然の法則に従って生活し、発展しています。

山登り等で、この自然（天）の法則に逆らう行動をとれば事故を起こし、最悪は生命を落としてしまいます。

同じく、実生活においても天が定めたルール（衣・食・住・行動）を外すと、事故・病気・社会から淘汰されて、生きるすべを失ったり、生命を落とす事にもつながります。

#### 1、言語考察

朝の来ない夜はない…

- ・天のルールの事を「天道」、地のルールの事を「地理（道）」という。
- ・「天道地理」より「道理」という言葉が生まれる。
- ・人間にも道理にかなった人としてのルール有。これを「義（道義）」という。  
これが人の道なり。

#### 2、古典考察

…「誠は天の道なり。之を誠にするは、人の道なり」（中庸）

- ・天は嘘をつかず、よって人も天の道に素直に合わせ、誠でなければならず。
- ・「誠」とは、自分にとっても他人にとっても嘘偽りのない心のこと。つまり真心。

「人の道」とは、私利私欲しりしよくや自分にとって都合がいいからといってつくった道ではありません。天の道（誠）を守って努力する事です。

人の道を踏み外す者は滅び、人の道を歩む者は栄える。  
これが自然（天）の法則です。

H24. 10. 27

## 11月のことば 正しい心② ～ 「修養」の大切さ

堺市が行うタウンミーティングに参加しました。これは市長が100人の市民を集めて公開討論をする形式で、私は前席中央に座し、一番に挙手し、我意見を述べさせて貰い、市長以下の方々の記録するところとなりました。

一つの事を成すには、まず様々な情報に基づく「知識」が必要で、次にその知識を整理した上で一般常識をからめた「見識」が必要。そして最後は、それが天命に即した正しい事との確信のもと、よし！やろう！と腹に決める「胆識」が必要也。

この「知識 → 見識 → 胆識」に高める事ができるのは“人間力”。

この人間力の勉強の事を“修養”と言います。

修養を修めた人々が多くいる時、その国は成功、地域は幸福。

しかし、明治期までに流行ったこの修養が、今はなかば死語。

<日本近代史を思う>

明治の成功の基は、幕末期寺子屋で行なわれていた修養。これが大正時代になると、暗記と計算のできる人をエリートと奉り、国を任せ、現在に至っており、敗戦、失政、失策、愚の連続。

「知識」のみでは何にもならないのです。

<修養とは>

古典に基づく人間学は…（分類の意味で大・中・小として）

大学 ～ 修己知人の学… 政治家等

中学 ～ 契約、調和、創造、造化の学… 監督、社長、仲人等

小学 ～ 修己修身の学… 結局姿勢を正して正しい生活をする事（内村鑑三）

であり… 人として、こんな場合にどうあるべきかを説いています。

<今月の結論>

幕末に国力弱く、貧しく、西洋列強より不平等条約を結ばされた明治初期。修養を修めた日本の侍達が、一身外国に赴いて日本を挽回する為に交渉した。彼等が最も重んじた修養中の言葉、それは



「義を見て為さざるは、勇なきなり。」(論語) … 正しい事を見て(知って) 何もしないことは勇気のないダメなやつだ、正しい事の為には命をかける、それが日本の武士である。… の意味。

よって彼等の一言には重みと迫力があり、外国人に威力を与えると同時に、尊敬のまなざしで見られたのです。

<現況>

今の政治において… ??????

今の教育現場において、あるいは職場において、授業・会議はいずれも知識論、技術論、方法論のみ ではないでしょうか？

高校野球の優勝監督は曰く「上手い(知識・技術のみ)より強い(心)チームを作りました。」と…。

私は、これより、まず職員とともに“修養”を実施いたしたく、読者皆様の中からも修養仲間ができればと思います。

H24. 11. 24

## 12月のことば

### 正しい心③ ～ 「教育とは知識を教える事に非ず」

来年の大河ドラマ「八重の桜」は、幕末から明治にかけて激動の日本を生き抜いた会津藩士の娘 山本八重(綾瀬はるか主演)が主人公であり、久々に継続して視ようかと楽しみにしています。

会津は新政府軍の標的となり賊軍の汚名のもと攻撃され、白虎隊など10代の若者や女性までもが戦い壊滅。死体を埋葬する事も認められず、又、北の地 下北半島への移転や様々な逆境を強いられます。輝かしい明治時代に会津人は「忍」の一字しかありませんでした。

しかし! 地を耕し、牛馬を飼育し、酒・薬用人参や工芸品を作り、養蜂をし、そして、人材が育ち世に送り出しました。

教科書で習う、明治(日本近代)の成功の各記述。その内容を一步踏み込んでみると、逆境を強いられたはずの会津の人が関わって支えているのを見出せます。

＊

＊

混濁の平成日本。私は数年前会津を訪れ、今でも開講しているという藩校「日新館」に入り、館長の話しを聞きました。

館長はカレンダーの裏を使って“什の掟”として、十の正しい心を書いて、大きな声で、

「教育とは、徳なることをする者を、ひたすら誉めることである。」

「徳とは、そもそもは 徳 という字形で、イ と (直⇒) 直 と 心 から成っている。」

「つまり、直なる心(= 正しい心)を イ (= ing…現在進行している) 者の事である。」

つまり、教育とは「正しい心」を行っているのを見つけて誉めて、やる気にさせて、個々の能力を開花させる事に有り! と……。

日新館の外に出ると、中学生が見知らぬ我に次々と挨拶をしてくれました。

---

\* \* \*

明治の戊辰戦争<sup>ぼしんせんそう</sup>で、目に見える利を全て失った会津。「しかし、目には見えぬが日本を強く成功に導いた心が、今もここに残っている。」と思うと、日本人として、目頭<sup>めがしら</sup>が熱くなるとともに、この心を伝えていくのが我<sup>わが</sup>使命であると思った次第です。

< 正しい心 >

- ・ 年上の言う事を聞く
- ・ 年上にお辞儀をする（礼儀）
- ・ うそ（虚言）をついてはならぬ
- ・ 卑怯な振る舞いをしない
- ・ 弱い者をいじめない（動植物をかわいがる）
- ・ 人に迷惑をかけない
- ・ 人間としての品格を保つ
- ・ 相手を思いやる ～敗者に対する思いやり（武士道）

\*会津の“仕の掟”を参考に作成

H24. 12. 22

## 1月のことば

### 正しい心④ ～ 「<sup>かんよう</sup>涵養方策」

あけましておめでとうございます。年末の総選挙。防衛・経済の問題と“政治”を問う一年です。政治とはそもそも国民の無責任な意見の代弁者に非ず、正しい心を率先して行ない、国民を啓発し倫理に満ちた世を実現する事なのです。それで、一年を通じて心や行動やシステムについての悪い癖をチェックして、正しく戻すのが「正月」の意味。

私の立場で政治とは、議員に立候補する事に非ず、正しい心<sup>あら</sup>を持った賢い人間を地域に多くつくり、地域・行政を動かすこと<sup>なり</sup>也。

故に、

(子どもへ)

- ・ 子どもの喧嘩はジャッジするのではなく、正しい心（8つ）を教える  
絶好の機会 ～体験
- ・ 日本神話、昔話を通じて人の有り方を教える ～訓話

(青少年とともに)

- ・ 日本人の倫理観（古事記・武士道）や正しい歴史認識を通じ、日本人の自己肯定感の回復を計る。

(大人の義務を確認する)

- ・ 「子どもの人権を守る」とは「子供」を「子ども」と書き換えれば済むのではなく、“正しい生活習慣”と“正しい心のある環境”を守ってやる

事にある。

その中でこそ子どもは育ち能力を発芽するに至る。

- ・大人がそもそも道德・修身の抜け落ちた教育を受けてきた事を自覚し、修養に努める。修養の“人間力”は只人生経験を積んでも身に付かず、日々読書（正しい本）する事を要する。

皆様とともに志高い一年にいたしたく思います。

※「訓話」・・・事の善悪などについて教え、人として行なうべき道をよく  
言い聞かせるための話。

H25. 1. 26

## 2月のことば

### 正しい心⑤ ～ 日本人としての自己肯定感の回復

#### 鬼 ～凍りつく話し

2月11日（祝）。「どうして今日は建国記念日なの？」と子どもが問うても80歳位以下の人は容易に答えられない。これが今の日本。

それは昭和20年、GHQの日本占領策の“日本解体”による。日本神話を宗教とし、教えてはならない事とした。20世紀の大歴史学者アーノルド・コ・トレンビー曰く、「12、3歳位までに民族の神話を学ばなかった民族は、例外なく滅んでいる。」と…。

#### 鬼 ～燃える話し

GHQやアメリカが悪いのではない。うしはく戦争が悪。よって当時の失われたものを今回復せねばならぬ！

まず日本人が日本のことを知り、崇めるのは当然で、宗教に非ず。よって、日本神話は宗教ではなく、「日本人として、こんな時はこう考えて行動するのですよ。」というご先祖の親切丁寧な言い伝え。ストーリーは今述べませんが、ここにある正しい“日本の心”を少し書き出すと…

・「しらす」心

×「自分がしたい」のではなく、○「皆のために…する、祈る」という心  
→ 結局 皆がついてくる。不朽（皇室）

・「うしはく」心

× 我がものに占領する × 自分のためにすること → 榮枯盛衰あり  
(中華、西洋諸王朝)

・「言霊」の考え

言葉に出しているとそうなる。重要な時に言葉を間違えると悪い結果が出ると  
いうこと。

・「<sup>やおよろずかみ</sup>八百万神の国」

全て自然が神。絶対的な一人の神にあらず。山・川・海・空・島を大切にせねば日本は成り立たぬ（海洋国家）こと。そこに古くて神聖なものがあれば礼をすること等…。

これらの考えに後、仏教（<sup>ぶつぎょうしんどう</sup>仏教神道）、儒教、禅宗、宋学（大義名分）、武士道が加わり“日本精神”となった。しかし、今、全て欠落。代わりにTVの<sup>てれび</sup>軽薄な情報に左右される有様。

鬼へ ～冷静に

よって、子ども達には…

① 物事の事実（恐竜の話等） ～ 科学する力

② 人の心の真実（日本神話等） ～ 運と福を引き寄せる力

を話し、正しい自己肯定感を持ち、勇気と優しさを備えた日本人となり、世界をリードして欲しいと思います。

H25. 2. 23

3月のことば

正しい心⑥ ～ 信頼

古来より先人が愛でた梅の香に、日本近代の夜明けまで <sup>さかのぼ</sup> 遡る。

150年前 最後の侍達の日本。複数の外国人の記録・証言によると「日本人は粗末な生活、身なりをしているが、礼節正しく、鞆を放置して出かけても盗まれず、貧しいが子どもに対する情愛と、真剣に働く姿・研究心に満ちている。将来恐るべし。」  
としています。

かくして、その30数年後の明治中旬、その予言どおり 日本は世界の一等国となる。つまり、富国強兵・殖産興業において「日本は信じるに値する」と世界から思われ、存在感が増した <sup>ゆえん</sup> 所以である。

考えてみると 人間は 恋愛から国際関係に至るまで この「信頼 信用」の獲得競争をしている訳であり……………

この信は「正しい心」が備わっていると認められることである。  
今、私達はいざとなれば「知識や技術があるから」と <sup>こうまん</sup> 高慢になり <sup>ふんぼ</sup> 墳墓に眠る先輩達が命がけで築いてきた「信」を自ら <sup>かた</sup> せつせと崩しているのではないのでしょうか。

日本に石油等の資源はありません。日本の財産は「信頼」です。

今、子ども達に（…そして大人も…）「正しい心」を認識させ、

「国の等級は、軍事力でもなく <sup>かね</sup> 金でもなく “信頼度”（政治 サービス 製品 その他）

ですよ。」と発信し、世界をリードすべきである。

心静かに、しかし強い信念で日本の春を夢見る。

