

ふれあい

No. 8

編集発行

上越市立春日小学校

校長 田邊 道行

いのちとは、なんでしょう？

11月25日の全校集会で、子どもたちに次のように尋ねました。

「いのちとは、なんでしょう？」

「生きていること」と答える子がいました。「心臓」と答えた子もいました。

そこで、私は子どもたちに次のように説明しました。

心臓はポンプのはたらきをしています。私たちが吸い込んだ空気の中の酸素や、腸から吸収した栄養を、血液といっしょに頭や手足、からだ全体へひとときも休まず送り続けています。だから、からだは動くことができるのです。つまり、心臓は「いのちを動かすための大切な役割」を果たしてはいますが、それ自体が“いのちそのもの”ではありません。

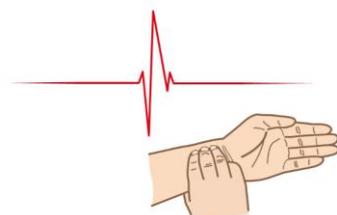
こうした説明は、105歳まで現役の医師として多くの人のいのちを救い続けた、日野原重明さんの言葉を基にしています。日野原さんは聖路加国際病院名誉院長であり、「日本近代予防医学の父」と呼ばれた方です。文化勲章の受章、日本ユニセフ協会大使など、社会的にも大きな貢献をされました。

日野原さんは全国の学校を回り、「いのちの授業」を行いました。授業の最初に必ず子どもたちに尋ねた質問が、「いのちとはなんでしょう？」でした。授業では心臓のはたらきについて分かりやすいお話があり、私もその説明をまねて子どもたちに話をしました。



まず、心臓の大きさについてです。心臓は、大人でも子どもでも、自分のにぎりこぶしほどの大きさです。生まれたばかりの赤ちゃんの心臓がとても小さいことも、これで分かります。

次に、心臓の音について伝えました。家に帰ったら、おうちの人の胸に耳を当てて、心臓の音を聞いてみてください。自分の心臓の音は聴診器がないと聞き取りにくいかもしれませんが、脈は誰でも確かめられます。親指側の手首に、反対の手の人差し指・中指・薬指をそろえて軽く当てると、規則的なリズムを感じることができます。これが脈です。



心臓は1分間に何回打つのでしょうか。赤ちゃんはとても速く、1分間に約130回。成長とともに少しずつ遅くなり、小学校入学時には約100回、10歳では約80回です。大人になると約70回、高齢になると60回ほどになります。動物ではもっと速く、うさぎやねずみは約200回、象は約25回です。ヤギはどうでしょうか。調べてみると、大人のヤギは約80回、子ヤギは120～160回にもなるそうです。

さて、最初の話にもどります。もう一度考えてみてください。

「いのちとは、なんなのでしょう。」

日野原さんは、「いのちは時間」だと言います。

「いのち」は、時間

今から約60年前の1963年、日本人の平均寿命は69.7歳で、100歳以上の人は全国で153人しかいませんでした。その後、医学の進歩や健康意識の高まりによって、現在の平均寿命は男性約81.1歳、女性約87.1歳となりました。100歳以上の人は、今年9月1日現在で99,763人にのびります。

つまり、この60年で平均して約14年、「いのちがのびた」ことになります。

これだけを聞くと、「生きている時間が、いのち」という感じもします。

しかし、日野原さんは、この「のびた十数年」をどのように使うかで、生き方は大きく変わると話します。寝て過ごしてしまうこともできれば、世界を旅して多くの人と出会い、学ぶ時間にすることもできます。

皆さんにも、自由に使える1時間があるとしましょう。ぼんやりしていてもよいし、友達と遊んでもよい。ゲームや動画を見るのも、家の手伝いをするのも、春日山を歩いてゴミ拾いをするのも自由です。同じ1時間でも、使い方はまったく違います。

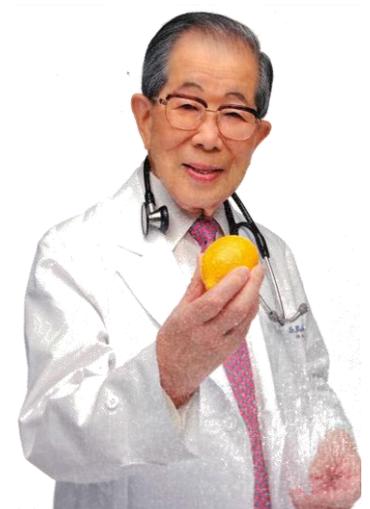
だから日野原さんは、「いのちとは、君たちが使える時間」だと語ったのです。

「いのち」は君たちが使える時間

さて、大事なのは、「自分の持ち時間をどのように使っているか」ということです。朝起きて、ごはんを食べ、学校で学び、家に帰って休む。夕食後に本を読んだりして眠る。このように、毎日の多くの時間は自分のために使われています。眠ることも、自分を整えるために欠かせない時間です。

しかし、私が皆さんにもう一つ大切にしてほしいのは、「自分ではない誰かのために時間を使うこと」です。大人は、自分のためだけでなく、家族や仕事のためにも時間を使っています。自分のいのちの時間が誰かの力になるというのは、とても素晴らしいことであり、生きる喜びにもつながります。

皆さんが大人になったとき、自分の持ち時間を誰かのために生かすことができるように、今から少しずつ「人のためになれる力」を身に付けていってください。





「ハートフルプロジェクト」〜温かいかかわりづくり〜



全校で「ハートフルプロジェクト」に取り組みました。

音楽フェスティバル後、演奏を聴き合った学年とメッセージ交換をしました。

学級や学年の友達と頑張りやよさを認め合う活動や、いじめのない仲間について考える活動をしました。相手のよさを見付ける時間も「演奏が素敵だったよ」「係の仕事がんばっているね」「遊びに誘ってくれてありがとう」等、楽しそうに書きました。うれしそうな笑顔があらわれました。

いじめや差別をしない！見逃さない！！

〜いじめ見逃しゼロスクール集会に参加〜

11月27日、今から約30年前に春日中で起きた辛い出来事を忘れないよう、毎年開催される『春日中学校区いじめ見逃しゼロスクール集会』に5・6年生が参加してきました。6年生の代表者は、「笑顔があらわれる春日小」に向けて取り組んだ様々な活動を、堂々とした態度で紹介してきました。

また、部落問題の解消に向けて活動している古河さんの講演を聞き、子どもたちは差別が今も身近にあることに気付きました。誰もが幸せに生きることができる世の中は、私たち一人一人の行動によって築かれることを、古川さんの経験や取組を基に教わりました。今後も、子どもたちが、いじめを見つけたときに、力を合わせて立ち向かったり、誰もが幸せに過ごせる学校を目指したりする姿を育てていきたいと考えています。



安全で楽しい冬休みを

12月24日〜1月7日まで15日間の冬休みが始まります。

安全で楽しく過ごし、元気に3学期を迎えることができるよう、お子さんに合った温かなご支援、ご協力をお願いいたします。



見守りのお願い ～トラブルから守るために～

- ①規則正しい生活のリズム（夜更かしの習慣化の防止、深夜 SNS の防止）
- ②交通安全（飛び出しや自転車事故の未然防止）
- ③スマートフォン・インターネットやゲーム機の使用は、保護者の責任で
〇ゲームやインターネット、LINE やチャットは、家の人と約束を決めて使う。
 ⇒やってよい時間や、アクセスしてよいものを決めて、守っているか見守る。
 ⇒人を傷つけたり迷惑を掛けたりする行動を、絶対にしないよう約束の上、使う。
 ⇒内容を見られてもよいようにさせましょう。「いつでも見るよ」と伝えておく。
- ④金銭の使い方（金銭の持ち出し、校区外への子どもだけの外出の禁止）