



校長 市原俊司

「形」は「心」をつくる。「心」は「形」に現れる。

みなさんの中には、朝起きてすぐや寝る前に歯を磨く習慣が身に付いている人が多いことでしょう。なかには、食事の後にも歯を磨くという人もいます。

なぜ、みなさんには、そのような習慣が身に付いたのでしょうか。

最初は、まわりの人から「磨きなさい」と言われてなんとなく磨き始め、実はしぶしぶ磨いていたのが、いつのまにかまわりの人から言われなくても自分から進んで磨くようになってきたのではないのでしょうか。

その理由を聞くと、単にまわりの人から「磨きなさい」と言われたくないから、虫歯になって痛い思いをしたくないから、ということだけではないようです。

自分から進んで歯を磨く習慣のある子供たちに、「どうして毎日、歯を磨いているの」と聞くと、先に述べたような理由だけではなく、毎日、歯を磨くことによって、「口の中がすっきりするから」「だって、歯を磨かないと気持ちが落ち着かないよ」というような歯を磨いた後の口の爽快感を話してくれました。

このような気持ちがもてるようになると、本当に習慣として身に付いたといえるのではないのでしょうか。

つまり、基本的な習慣が身に付いたということは、まわりからすすめられるという「形」から始まり、歯を磨いた後の爽快感のような「心」をつくり、その「心」がまた、毎日続けようとする「形」となって現れていくのです。

温かみのある挨拶やしっかりとした礼を交わし合う快さを体験したりすること、時刻を守って登校する爽やかさ、人に親切にするすがすがしさ、「心」を耕しながら生活習慣を確立していくことは、とても大切なことです。

私たちは、「心」を育む生活習慣が身につけられるように指導していきます。各ご家庭のご協力もよろしくお願いします。