

平成29年度 学校だより



平成29年10月12日(木)  
御前崎市立第一小学校

学校教育目標

花いっぱい 自分 友だち 御一小

No.6

E-mail:

onichi@ed.city.omaezaki.shizuoka.jp

## 幸せスイッチ

私たちの日常生活は、科学技術等の進歩によりずいぶん快適に過ごせるようになりました。しかし、「幸せですか。」という問いに自信をもって「幸せです。」答えられる人はどのくらいいるのでしょうか。

ものづくり日本は、生活の不便さを解消するために様々な家電製品を産み出してきました。一人当たりのGDP(国民総生産)も50年で6倍になっています。それによって私たちの「幸せ度」も6倍になったのでしょうか。

生活が豊かになればなるほど、人間関係に悩んだり、将来に不安を感じたりして「幸せ」を実感できないと思っている人が多いのではないのでしょうか。

「世界の国の中でどこの国が一番幸せか」という調査、いわゆる「地球幸福度指数」(イギリスのシンクタンク「ニュー・エコノミクス財団」による)の2016年度版では、中米のコスタリカが1位だそうです。この国は人口481万人で経済面も含め、決して大きな国ではありません。

その国の「幸せポイント」の一つは、「生活の満足度」が高い点にあります。これは決して、「物質的な豊かさ」を意味するものではないようです。ものや情報があふれる中で生活している私たちの国は、スマートフォンを手にしても、次の新製品が出ると「もっと性能のよいものを」と思うようになります。「もっとよい暮らしがしたい」という気持ちは、満足というより不満・不足の心です。あれがない、これもないのいないない尽くしの心ではどんどんすさんでしまいます。私たちの「幸せ」は「今の生活に満足して心穏やかな日々を送ること」ではないのでしょうか。

私たちは目の前に問題を起ると、とても悪いことと思込んでしまいがちです。このことをプラス的にとらえることが大切です。今自分の置かれている状況は、自分の成長にはかせないものだと考え、感謝の気持ちをもってみることです。

今私たちは「快適さ」や「便利さ」に慣れ、当たり前のように生活をしています。家族をはじめとした「いつも身近にいて自分を支えている人」の存在を忘れてはいませんか。「今日一日を誰の助けも借りないで過ごした」といえる日はないと思うのです。だから、一日のうちのほんのわずかな時間だけでも「支えられている自分」を静かに見つめ直してはいかがでしょうか。

恵まれない境遇で不平や不満を抱いて毎日を過ごしている人もいます。一方で、経済的に貧困であったり、病気を抱えていたりしても生き生きと元気に過ごしている人もいます。どうしてそうなるのでしょうか。それは、日々の生活に隠れている「感謝の種」に気づくことができているからです。だから「幸せ」を感じるが増えるのでしょうか。

周りの人とつながる喜びや人に尽くす喜びを知ったなら、どれほど喜びの多い人生になるでしょう。自分に与えられたものに感謝し、人を思いやり、人に尽くそうとする時こそ、私たちの心は生き生きとはたらくものです。そのはたらきが私たちの心の中の「幸せスイッチ」をオンにするのです。心の持ち方を変えることは、人生を変えることにつながっていると思います。

(文責：竹原一人)

