

## 「助ける者は自立する」 / みんながハッピーな社会へ

「助ける者は自立する」という格言がドイツにあるそうです。ある研修会において、生徒の「地域貢献活動」に話題が及んだときにお聞きしたものです。

立派な山車に仕上げることで新庄まつりを盛り上げようとの思いで、製作作業に参加したことの意味（成長の促進）が、あまりにも簡潔・明瞭に表されていると感じていくと納得させられました。このような活動を積み上げることとおして、帰属感・役立ち感・効力感・自信・自己肯定感等があざなえる縄のようにらせん状に高まっていくことが期待できるからです。

また、それは、とりもなおさず郷土愛を育てる営みでもあるといえましょう。

今日では、教育としてのボランティア活動の他に、地域ぐるみの環境保全等のボランティア活動も定着しています（国や地方の財政状況の悪化から案出されたものもあるが）。また、営利企業が社会貢献活動の一環として、地域の振興を目的とする団体活動を資金的に支援する事業も根付いており喜ばしい限りです。

いずれの形であれ、より多くの人々が活動にかかわることで郷土が活性化して、「みんながハッピーな社会」になってほしいです。



## ボランティア考 / 今はむかし？ 今もむかしも？

あの頼もしい若者たちは、いま、どこでどんな立場で活躍されて……。

開所して間もない神室少年自然の家に“手弁当（の精神）”でやってきた助っ人たちのことです（宿泊室と最低限の食事は無償提供）。宮城県にある国立の青少年施設を拠点にボランティア活動をしていた大学生たちです。

活動のほとんどは野外施設の整備作業でしたが、ハードワークと汚れや汗をいとわず、絶えずいそいそと計画をこなしてくれた姿が強烈な印象として残っています。

彼らは決して吹聴することはありませんでしたが、問われれば決まって、抑え気味に“自分自身の修養として”との趣旨の答えが返ってきました。

その尊い理念と行動する姿に、職員も給食のおばさんたちも夜警のおじさんたちも大いに触発されたことが思い出されます。

我が県（先進県）において「高ボラ」の育成が盛んになり始めた頃のことです。



## シリーズ 家庭教育ノート ～小・中学生の保護者向け～ （文科省／山形県版（平15）より）

全6章を、月に1章ずつの分割で掲載中です。

### 5. 個性と夢

#### 人は夢を育て、夢は人を育てる。

- (1) 自分で考え自分で行動できる人間に育ててほしいなら。
- (2) 同じ子どもなんて一人もいない。
- (3) 夢を持つと、人は強くなる。
- (4) ダメなところを責めるより、よいところを認めよう。
- (5) 一人でもわかってくれる人がいれば生きていける。
- (6) 「いい学校にいけば幸せになれる」なんて幻想です。



## 体験学習／事業所訪問

と き：9月15日（木）

ところ：農事組合法人「いずえむ」（金山町明安小学区） 代表者＝青柳栄一氏

稲の収穫作業を目前に控えた、とてもお忙しいところに訪問させていただきました。

講話では、**1**地形や気候などの不利に加え米生産を取り巻く厳しい状況の中でも自分の夢に近づくためにアイディアを駆使して努力している様子（6次産業化など）や、事業者としての社会貢献等についてお話してくださいました。また、**2**ご自身の長男長女（県農大、高3）のこれまでの歩みを例に、思いどおりにならない中でも転機につながることは必ず見つかることを教えてくださいました。

そして最後に、**3**どんな仕事も、積極的に人とつながって言葉でコミュニケーションを持つ（話し、聞く）ことが大切であることを、事例を挙げながらお話してくださいました。



「人とつながることが・・・。」



ハウスでトマトの収穫を体験

### トピック 呼吸を整え心身のリラックス／ストレスマネジメント

わかってはいても、つい多忙感に流されて……。この機会に、少しでも時間を割いて試してみませんか。

座禅の姿勢は体勢維持に費やすエネルギーが最少であることがわかっています。

その座禅の応用です。**1**あぐら座（椅子に腰かけても可）で左右のお尻を座面に均等につけて、**2**前後左右に傾かず、背筋と首を真っすぐにします。

その姿勢で、10数えながら呼吸を整えます。**1**1, 2, 3で鼻から息を吸っておなか膨らむのを感じます。**2**4は、吸うから吐くへの切り替わりです。**3**5, 6, 7, 8, 9, 10で口から息を吐いてお腹がへこんでいくのを感じます。これを繰り返します。

～山形県臨床心理士会「心の健康相談支援ハンドブック」より～



## 10月の活動

シャイニングクラス在籍 4名

### < シャイニングクラスの学習 >

- 月曜日 理科、国語
- 水曜日 社会、英語
- 木曜日 体験活動（月2回）
- 金曜日 数学、体育

◇体験活動⑫ 10月20日（木） サトイモ等収穫

◇体験活動⑬ 10月27日（木） 感謝の会

※気楽に話し合う会（第4回）10月21日（金）

### 教育相談連絡先

○ダイヤルなんでも相談  
TEL 23-7266

○適応指導教室（シャイニング）  
TEL 22-2111  
（内線 445、448）

林、小野、荒木が担当です。