



## 「幸せに生きるための力を持った子どもたちを育てる」ためには

校長 北野 美紀

5月を振り返ると、おおたかの森小・中学校10周年記念の航空写真撮影からスタートしました。22日には、今年度で最後となる市内陸上大会に、本校からは29名の児童が出場しました。自己ベストを出せた子も、思うように記録が伸ばせなかった子もいたと思いますが、学校に戻った全員が、「思いっきり楽しめた!」と答えてくれ、嬉しく思っています。学校の座学では味わえない、貴重な体験となりました。

これから、5年生の林間学園を皮切りに、2年生の校外学習、3年生の市内巡り、4年生の校外学習と校外での体験学習が続きます。友だちと活動するからこそ味わえる楽しさ、葛藤、挑戦を大切にしていきたいと思えます。

### 「幸せの4つの因子」

さて、今年度の学校目標である「笑顔あふれる学校」への実現に向け、意識していきたい「幸せの4因子」についてお伝えします。これは、武蔵野大学の前野隆司ウェルビーイング学部長・教授が、研究結果から、「幸せは次の4つの因子を使うことでコントロールできる」と説いている考え方です。4因子とは次の4つです。

- ・「やってみよう！」(自己実現と成長の因子)
- ・「ありがとう！」(つながりと感謝の因子)
- ・「何とかなる！」(前向きと楽観の因子)
- ・「あなたらしく！」(独立と自分らしさの因子)



自分の状態を客観的に見ることができ、心のよいあり方の基本となる論であり、トップダウンで、「幸せはこうあるべき」と論じているのではなく、人々の幸せの要因がどのようであるかを、人々の現実から構成した結果です。そして、日本人に見られる特徴として、「何とかなる!」と「あなたらしく!」因子がやや低いと言われています。また、5月14日に公表された、ユニセフの「幸福度調査」においては、日本のこどもは「精神的な健康度」が先進・新興国43カ国中32位と下位でした。このことから、この4因子の考えは、特に対人関係をウェルビーイングな状態に保ったり、自分の心を大切にしたりするために、とても重要ではないかと考えています。

「幸せに生きるための力を持った子どもたちを育てる」ためには、大人が幸せな生き方を体現していくこと、大人が幸せな世界にするために努力する姿を、子どもたちに見せていくことから始まるのだと思います。身近なところ、日々の生活を少し変えてみるだけで幸せに対する意識が変わっていきます。私自身も、「やってみよう!」「最善を尽くせば何とかなる!」「自分らしく!」を意識して過ごしているところです。先日、教職員へも、この考えを伝えました。

6月以降も、「やってみよう!」と共に、「何とかなる!」と「あなたらしく!」を意識して、子どもたちの成長を支援していきます。