

ミニとようら

第69号 令和7年2月4日

発行：豊浦地区青少年育成協議会

磯崎潤一

編集：予防啓発部会

『ミニとようら』は豊浦地区青少年育成協議会の機関誌です。
～最も身近な親子のことをみなさんと一緒に考えていきたいと思えます～

機関誌『ミニとようら』をお届けいたします。

挨拶ってなんですか？？



挨拶は、「心を開き、その心に近づく」という意味を持っています。

中世に日本に輸入された漢語で、元来、禅宗において僧が問答を繰返し合うことであり、現在では他人に対して尊敬や親愛の気持を表わす動作、言葉、文面などを意味するようになっていきます。



「挨拶」の語源を紐解いてみると、禅宗で問答を交わして相手の悟りの深浅を試すことを「一挨拶」という言葉に由来するそうです。「挨拶」には「押し開く」「互いに心を開いて近づく」、「挨拶」には「迫る」「擦り寄る」といった意味があるそうです。

挨拶が持つ5つのパワー

印象の良さを与えられる

第一印象は持続するとも言われますが、挨拶は出会ってすぐするので、印象を大きく左右します。

緊張をほぐせる

緊張していても、挨拶されるとホッとしませんか？自分も声を出すことで緊張が解かれます。

感謝を伝えられる

「ありがとうございます」は直接的に感謝を伝える手段です。「感謝」の気持ちを込めて挨拶をすれば相手にもきつと伝わります。相手に感謝すればするだけ、自分にも返ってくると思います。

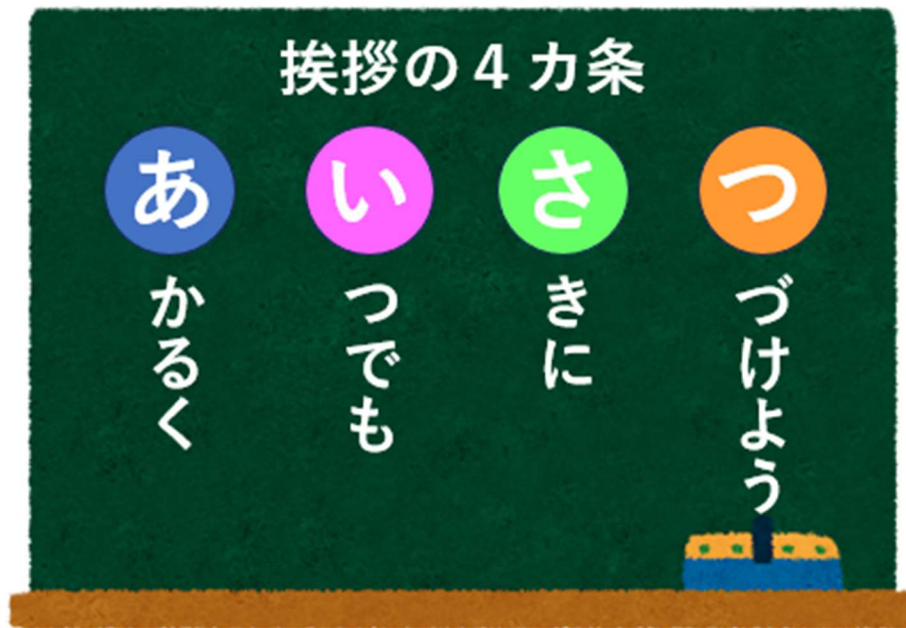
存在を認めている、ということを示せる

「心を開く」ということは「存在を認めている」ということ。承認欲求を満たす役割も持っています。目の前にいる相手を認める行為です。

仲良くなるきっかけになる

挨拶は仲良くなるため、信頼関係を築くための最初の一步。何回も挨拶することで心を開きやすくなり「話しかけやすいな」と声をかけるハードルが下がり、コミュニケーションにつながります。





◆「あ」: 明るく、温かく

明るく、温かいあいさつは、周りの人に安心感や信頼感を与えます。協調性や人間関係を作ることにもつながり、物事がスムーズに進みます。「あ」はあいさつの大原則です。



◆「い」: いつでも

私たちは、知っている人だけにあいさつをしがちですが、いつでも、誰にでも、積極的にあいさつをしたいものです。毎朝すれ違う知らない方とのあいさつが、思いがけないうつながりを生むかもしれません。

◆「さ」: 先に

あいさつは人より先に行くことが大切とされています。先にするというのは、相手よりも早く好意を示すことでもあるのです。先に好意を示された人には、その人に好意を示そうとする意識が働きます。心理学では「返報性の原理(好意の返報性)」と呼ばれています。先にあいさつをすることが相手の好意を引き出すことにつながるのです。

◆「つ」: 続ける、次の言葉をいう

あいさつの「つ」には二つの意味があります。一つは、「あいさつ行為を続ける」ということ。いつもしていた「あいさつ」が無くなってしまうと、相手との間に溝ができてしまいます。また、あいさつをやめてしまうと、「今さら・・・」という意識が働き、あいさつをしにくくなってしまいます。そのため、あいさつは続けることが大切です。もう一つは、「あいさつに次の言葉を加える」です。「次の言葉」とは、相手との会話を続けるための言葉。「おはよう、今日は暑いね～」
「こんにちは。そのお洋服、素敵ですね！」など、あいさつの後に言葉を続けることで、相手とのコミュニケーションが活発になります。元気に挨拶をすると、身体的な健康にも良い効果があります。



～子どもが挨拶することを習慣にするために親ができること～

●親が率先して挨拶をする

挨拶をしている親の姿を子どもはよく見えています。そのため、親が率先して挨拶をすれば、子どもも真似して実践するようになるでしょう。

日々の生活のなかで挨拶をする姿を見せ、「率先して挨拶をすること」がよいことだと子どもに伝えるようにしましょう。



●友達や家族に挨拶をさせる

全く知らない人に挨拶をすることは、子どもにとってハードルが高いことです。最初は、家族や友達に挨拶をさせることで、挨拶への抵抗感を減らしましょう。

●絵本を利用して挨拶の大切さを教える

絵本によっては何種類もの挨拶を紹介しているものから、挨拶の大切さや楽しさを伝えてくれるものもあります。親子で絵本を読むことで自然に挨拶することが促されるため、楽しみながら挨拶の大切さについて学ぶことができます。

●子どもに挨拶の無理強いをしない

挨拶の大切さを子どもに伝えることは必要ですが、無理強いはしないようにしましょう。他人に挨拶をしないことでイライラしたり、怒ったりすることは避けた方がよいでしょう。怒られた子どもは緊張し、怖いと感じてしまい、自然な形で挨拶ができなくなってしまうでしょう。子どもが挨拶ができないうちは、人前で叱るのではなく、家に帰ってからなどプライベートな空間で優しく教えてあげましょう。

●子どもが挨拶をしなくても焦らないで見守る

子どもが挨拶をしない場合でも、見守ってあげるようにしましょう。



●子どもが挨拶をしたら褒める

子どもが挨拶をすることができたら褒めることが大切です。自分からできない子であれば、一緒に挨拶をしに行き行ってあげることもよいでしょう。挨拶ができた際には、「挨拶できるようになったね」「すごいね」などと大げさに褒めてあげるようにしましょう。

笑顔で挨拶することで顔の筋肉を使い、ストレスホルモンを減少させ、幸福感を高めるホルモンの分泌を促すことができます。

さらに自信を高める効果もあります。自分から積極的に挨拶することで自己肯定感が向上し、ポジティブな自己イメージを持つことにつながります。

必要なものはほんの少しの勇気です。

明るく元気な挨拶ができるようになると、自分自身が、友達が、家族が大きく変わると思いませんか。

ぜひ日常生活で積極的に実践してみたいはいかがでしょうか。



令和6年度の活動報告

豊浦地区青少年育成協議会 会長 磯崎潤一

昨年度から新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行し今年度の活動は適切な感染防止策を講じながらもコロナ禍以前の活動を踏襲しつつ更に良いものにすべく役員全員で向き合った1年であったと実感しています。

夏休みに開催した「わんぱく体験 2024 とようら村」では6月上旬から実行委員会を立ち上げ沢山の方々に協力を頂きながら計画を進め、無事に31名の児童に貴重な体験の場を提供することが出来ました。「豊浦学区夏まつり花火大会」の子ども神輿では未就学児を含む沢山の子どもたちと盛り上がる事ができました。「豊浦学区ひたち郷土かるた大会&焼き芋体験」は沢山の応募がありこれまでになく盛り上がりました。また「豊浦学区三世代文化祭」では初めての試みとして小中学校指定の運動服などをリサイクル販売しました。ニーズが有るか無いか分からない状態で募集しましたが、思いがけず盛況となり、我々の思いが保護者に寄り添っているのだと改めて認識することが出来ました。

本会は、「事務局」の他、「予防啓発部会」「環境浄化部会」「地域活動部会」の3つの部会で構成されています。各部会は小中学校PTA役員、交通安全母の会役員の充て職で構成されています。本来の役職だけでも大変なのに地区の役員まで掛け持ちで色々大変な面もあったことと思います。しかし皆様のご協力のおかげで学校では実現できない地元ならではの活動で子どもたちに笑顔をお届けすることが出来ました。ありがとうございました。

我々は、子どもたちの見守りや活動を計画し実施することで大人自身も貴重な経験をし成長しています。

本会では地域の児童・生徒が心豊かになれる活動を目指していますので、引き続き本会に対するご理解とご協力、そしてご支援を宜しくお願い致します。



わんぱく体験 2024 とようら村



第6回豊浦学区郷土かるた大会

編集後記

今回の『ミニとようら』のメインテーマは「あいさつの重要性」について取り上げました。

新型コロナウイルス感染症の影響によりマスクをし、表情が分かりにくいという数年間から元の生活になりつつあります。

あいさつをして嫌な気持ちになる人はいないのではないのでしょうか。

身近な人でなくてもあいさつを交わすとなぜか清々しい気持ちになるのではないのでしょうか。

表情が見えるようになりつつある今だからこそ、改めてあいさつの重要性について大人も子どもも理解を深め実践していけることが大切だと思います。

最後になりますが、子どもたちが笑顔で過ごせる毎日になることを願っております。