



「しあわせ」って何だろう…

校長 森賀 慎一

いよいよ令和3年度も残り一か月となりました。学校便り3月号が配付されている現在、私は5・6年生と一緒に富士学園移動教室に出かけています。6年生にとっては小学校生活最後の思い出作りとともに、最高学年としての姿勢を5年生に伝授する場でもあります。また5年生にとっては、一か月後には学校の顔として全校を引っ張る立場への、成長の場であると考えています。

さて、先月号の学校便りでもご紹介しましたが、令和4年度から杉並区の教育ビジョンが新しくなります。杉並区教育ビジョン2012「共に学び共に支え共に創る杉並の教育」をベースに「みんなのしあわせを創る杉並の教育」を杉並区教育ビジョン2022として策定いたしました。区報等でもお知らせしていましたが、このビジョンの策定に向けては子どもから大人まで、多くの区民の声を反映させるように進められてきました。

この新しいビジョンの背景には「教育を取り巻く環境の変化」や「多様性と社会的共生」といった基本的な考え方があります。そして「大切にしたい教育」として、「学び合い、信頼をつくり、共に生きる」

「ちがいを認め合い、自分らしく生きる」

「誰もが社会の創り手として生きる」

の3つを掲げています。また一人ひとりが教育の当事者として心がける視点として「子どもの思いを尊重する」「ちがいを受け入れる」「対話を大切にする」「学びの成果を贈り合う」「社会を創る当事者として考える」の5つを示しています。

この新しい教育ビジョンをどう杉三小の教育に生かしていこうかと考えた時、私の頭に浮かんだのが「そもそもしあわせって何だろう…」ということでした。そんなタイミングで出会ったのが精神科医の榎沢紫苑さんの書いた「THE THREE HAPPINESS 3つの幸福」という本でした。簡単に説明すると、「幸せ」を科学的に分析した内容です。360ページ以上あるのですが、とても読みやすく1~2日で読めますので、お勧めします。そこに書かれていた内容にいくつか興味深いものがありました。まず、人が幸せを感じるのは脳内物質が分泌されたときであり、それは主に「セロトニン（心と体

の健康)」「オキシトン(つながり・愛)」「ドーパミン(成功・お金)」の3つだそうです。この3つの脳内物質を感じる「幸せ」には優先順位が必要であるというのが筆者の考え方です。最も重要で最初に得るべきものがセロトニンの(健康)な幸せで、これより仕事やお金を優先してドーパミン的な幸せを得ても、心身の健康が保たれていなければ幸せを感じることはできないし、家族や仲間とのつながりや愛といったオキシトンの幸せを得ても、重い病気等になってしまっただけならこれも幸せを感じることはできないのではないかとのことです。私たちが教育活動を考えるとき、「安心・安全」「人とのかかわり」「達成感」を考えるのもそういう理由なのかなと改めて気付きました。またユニセフによる「先進国(38か国)の子どもの幸福感」調査によると、日本人の子どもの「精神的幸福感」(自己肯定感と自殺率で評価)は世界ワースト2位だそうです。逆に身体的健康は1位との結果が出ています。また内閣府による満13~29歳対象の主要7か国での日本人の自己肯定感是最も低いとの調査結果も紹介されていました。

これらは、私たちにとっての「しあわせ」とは何なのかを考えるヒントになります。そのキーワードが「3つの幸せ」「自己肯定感」です。「しあわせ」の感じ方は、当然ながら人によって違ふし、年齢、性別、国籍等によってもその価値観はいろいろあるのだと思います。それらを踏まえた上で、私たちが学校教育というフィールドの中で、子どもたちの「しあわせ」を創っていくための教育を探っていく必要があると感じています。

次年度の杉三小の教育課程には、そのような思いがぎっしりと詰まっています。子どもたちの「しあわせ」はもちろんですが、子どもたちのために杉三小に関わってくださる皆様も「しあわせ」になれるような学校づくりを目指します。今年度も残り一か月となりましたが、4月からの一年間、様々な形でご協力いただきました保護者・地域・関係諸機関の皆様、心より厚く御礼申し上げます。次年度も引き続き、杉三小へのご理解・ご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。