

## 記憶に残る有意義な「時間」を過ごす

校長 相川 保 敏



お子様のご卒業、まことにおめでとうございます。

全校の中で、最も人数の少なかった6年生ですが、最高学年として学校行事や委員会活動、縦割り清掃など様々な場面で、責任感を発揮し、下級生のことを考えて行動してくれました。特に今年度は1年生の方が9名も多かったのですが、お姉さんとして複数の1年生の面倒を見てくれた子もいました。先日のお別れ会では下級生から慕われ、頼りにされていた6年生への思いが歌やメッセージで表現されました。6年生と在校生が互いに別れを惜しむ気持ちが、互いの涙から強く感じられました。楢山小学校から6年生の姿が見えなくなってしまうことは寂しい限りですが、小学校での経験を生かして、中学校でも一層活躍されることを祈念しております。楢山小学校での6年間で多くのことを学んだように、中学校でも多くの思い出を残し、有意義な「時間」を過ごしてほしいと願います。

さて、「時間」は時計が刻むように一定のスピードで流れていきます。1日は24時間、1年は365日と、だれもが同じ時間を使うことができます。しかし、同じ時間でも、つまらないことは時間がなかなか過ぎないのに、楽しいことはあっという間に過ぎてしまうという経験は、だれもが持っていることでしょう。同じ時間なのに、どうして異なるのでしょうか。人間は、光を目が、音を耳が捉えるような感覚システムを備えています。時間を捉える感覚システムは備わっていないため、脳が代わりに時間を推測しようと働くからです。テーマパークの開場を待ちわびているときやカップ麺が温まるのをじっと待っているときなど、脳が時間の経過を気にすればするほど遅く感じる傾向があります。授業が早く終わらないかと時計ばかり見ているときと同じです。一方で、何かに夢中になり、時間の経過を気にせずにいるときは、あっという間に時が過ぎたような感

覚になります。これからの学校生活で、楽しいことや夢中になれることを見つけ、思い出をたくさん作りたいと考える人も多いかと思います。しかし、楽しい時間、夢中になる時間を過ごせば、思い出がたくさんできるとは限りません。例えば、自分の好きな動画を見たり、ゲームに夢中になっていたりすると時間はあっという間に過ぎてしましますが、時間が経つにつれてどんなことをしたのか思い出すことは困難となります。

思い出に残る時間つまり記憶に残る時間を過ごすには、次の3つの要素がある時間を送ることが必要です。

- ① 初めての体験、感動した出来事など、感情が強く動いた時間（わくわく・ドキドキ・じんわりなど）
- ② 五感をフルに使った時間（見て・聞いて・触れて・動いてなど）
- ③ 振り返りをした時間（思い出す・話す・記録するなど）

先の動画やゲームに夢中になった時間は、①の条件に当てはまると思いますが、②のように五感をフルに使うこと、③のように振り返ったりすることはほとんどないため忘れ去られてしまいます。

これからの中学校生活でたくさんの思い出をつくるために、楽しいだけでなく①新たなことに挑戦する、②体全体を使う活動に取り組む、そしてそれを③日記に書いたり、他の人に話したりしてしっかり振り返ることを行い、記憶に刻み込んでほしいと思います。

最後になりましたが、保護者の皆さまには長年にわたり、本校の教育活動にご理解、ご支援をいただき誠にありがとうございました。卒業後もお子様にとって小学校が故郷のような存在でありたいと願っております。どうか今後とも、本校を温かく見守っていただければ幸いです。