

記憶に残る有意義な「時間」を過ごす

校長 相川 保 敏



お子様の学年の修了、まことにおめでとうございます。

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た6年生が、3月17日に卒業しました。4月からは現5年生が最高学年として、他の学年はそれぞれ進級し、新1年を迎えることとなります。どんなお姉さんぶりを発揮してくれるのか楽しみです。そして、それぞれが新たな1年を有意義に過ごし、一つでも多くの思い出を作っていけるように「時間」の使い方・過ごし方を考えてほしいと思います。

「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が、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、あっという間に時間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が、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いますが、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のようにわくわくしたり、ドキドキしたりすることはあると思いますが、見る、聞く、指を使うといった限られた活動になりやすく、②のように五感をフルに使うことはほとんどないように思います。また、動画やゲームに取り組んだときのことを③のように振り返ったり、日記に記したりすることもほとんどないと思います。こうしたことから、楽しかった思い出として記憶に刻み込まれることはなく、いつの間にか忘れ去られてしまいます。

進級に当たって子どもたちは様々なことに期待を膨らませて、意欲をもって新学期を迎えることだと思います。これからの小学校生活でたくさんの思い出をつくるためには、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、そしてそれを日記に書いたり、他の人に話したりして振り返るような「時間」を過ごしてほしいと思います。

最後になりますが、今年度も本校の教育に対し、ご理解・ご協力いただきましたことを心より御礼申し上げます。次年度も引き続き変わらぬご支援をお願いいたします。