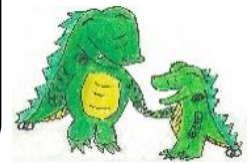




和邇小

ニュースレター

NO.3



2024.12.20 文責 西村 清世加

2 学期ありがとうございました

比良の山々も、雪がうっすら積もることが増えてきました。気温も下がり、本格的な冬到来です。和邇小の子どもたちは、寒い中でも元気に活動しています。早いもので、2 学期もそろそろ終了です。無事この日が迎えられるのも、おうちの方のあたたかいご支援のおかげです。本当にありがとうございました。

楽しい冬休みをすごし、新年に元気な子どもたちを待っています！

★SNS と共に生きる

オーストラリアでは2024 年11 月、16 歳未満のSNS の利用を禁止する法案が可決されました。国全体で若年層のSNS を禁止する法案ができるのは、世界で初めてだそうです。禁止と言っても、SNS を運営するプラットフォーム事業者に16 歳未満の子どもが利用できないようにする措置を求め、違反した事業者に罰金を科すというものです。

SNS は、コミュニケーションの場として公共財的な側面を持つ一方、1 秒でも長くユーザーを滞在させることで広告収益につなげようという仕掛けがされています。このように法が作られる中で、子どものSNS 依存やSNS のリスクについて私たち大人が考えていく必要があるのではないのでしょうか。

SNS とうまくつきあうために大切なのは、まずは保護者と子どもが話し合って、利用時間や利用方法を決めることです。その管理を適切にすることが必要です。また、情報へのリテラシー（読み解く力）を高めることも必要です。流れてくる情報の確かさを見極める力です。

SNS に支配されないためにも、友だちとの遊びや読書、スポーツ、勉強と言った普段の生活を大切にすることが求められていると思います。スマホ「18 の約束」もぜひ参考にしてください。

大津市・大津市教育委員会からのお知らせ
「いじめ」の定義について

- ① 行為をした者（A）も行為の対象となった者（B）も子どもであること
- ② A と B の間に一定の人的関係が存在すること
- ③ A が B に対して心理的又は物理的な影響を与える行為をしたこと
- ④ 当該行為の対象となった B が心身の苦痛を感じていること

★対象となった子どもが心身の苦痛を感じた行為は、原則、全ていじめとなります。★

★もし子どもの様子で気になることがあったら担任や子ども支援コーディネーター等にご相談ください★

「日々是好日」

日々是好日（にちにちこれこうじつ）

この言葉は禅の書物『碧巖録』にある禅師と修行僧のやり取りが元になっているそうです。

禅師「これまでのことは聞かない。これからのことをどうするか言ってみよ。」

修行僧「・・・（答えられずにいる）」

禅師「日々是好日」

人生においては、「良い」か「悪い」ではなく、いかにして「好ましい」日にできるかと前向きに考えることが大切だという教えだそうです。

今、現代社会は「心おだやかに、おおらかに生きたい」と思っている、実際にはイライラ、クヨクヨといった感情に心を振り回されながら生きている人の方が多いような気がします。

しかし、人生はたった一度きり。そう考えると、毎日を「よい日」つまり「日々是好日」の精神で生きていく方が幸せに感じると思います。心の持ち方をちょっと変えてみると、嫌なこと、不愉快なことが起きてもマイナスの感情に引きずられずにすむのではないのでしょうか。その方法をちょっと考えて見ませんか。

「日々是好日」

嫌なことがあった日も発想を転換すれば、穏やかになると思います。

例えば・・・①プラスの発想をする

②現状に感謝する

③気分転換する

など

私はイライラするときは、自分の好きなことをするようにしています。私の趣味は「パン作り」です。ちょっと自分の好きなことをするだけで、心がスッと落ち着きます。そして喜びに満ちた感情で満たされると、イライラしていたことが嘘のように忘れられます。

冬休み、大人も子どももゆったり過ごして「日々是好日」にしませんか。