



せい び 済美になろう！

校長だより 2026年(令和8年)4月28日

済美六行動

挨拶をする 服装を整える
時間を守る 清掃をする
ルールを守る 人のために動く

心をつなぐ魔法の言葉「あいさつ」

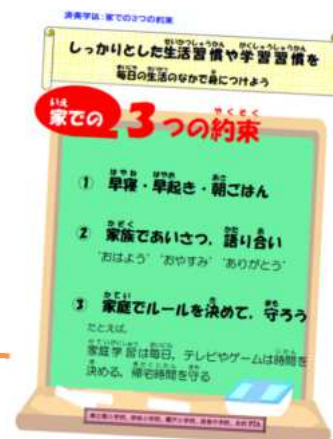
先日の土曜日、校区内を歩いていた時のことです。自転車に乗った二人の小学生が、「おはようございます！」と元気な声であいさつをしてくれました。私を中学校の校長だとは気付いていなかったと思いますが、暑い中を歩いて疲れていた私の心は、その一言のおかげでパッと明るく、元気になりました。何気ないあいさつが、これほどまでに人を心地よくさせるものかと改めて感じた出来事です。

「挨拶」に込められた本当の意味

「あいさつ」を漢字で書くと、「挨拶」となります。

「挨（あい）」には「近づく」、「拶（さつ）」には「迫る」という意味があります。もともとは禅宗で問答を交わし合う「一挨一拶（いちあいいちさつ）」という言葉が語源だそうですが、あいさつとはまさに～「互いに歩み寄り、心の距離を近づけていく行為」～と言えるでしょう。

心の距離が近くなれば、人は安心し、リラックスできます。あいさつを交わした時に感じるあの爽やかさは、この「安心感」から来ているのかもしれません。



あいさつがもたらす「5つの良いこと」

あいさつの良さについては、これまで様々な人が語ってきました。その中でも、私が特に「なるほど！」と思った5つのポイントをご紹介します。

① 感謝を伝えられる

あいさつには、相手への感謝を乗せることができます。心を込めたあいさつは相手に喜びを与え、めぐりめぐって自分にも返ってきます。感謝であふれた素敵な毎日につながります。

② 「あなたの存在を認めている」というサイン

心を開くことは、存在を認めること。あいさつは「あなたがそこにいるのがわかったから、声をかけよう」という思いの表れです。相手の存在を肯定し、承認欲求を満たす大切な役割を持っています。

③ 仲良くなるための「最初の一步」

初めての場所でも、あいさつが会話の糸口になった経験はありませんか？ あいさつはお互いに心を開くきっかけになります。初対面の人が多い時こそ、自ら声をかけることで、一生大切にしたい出会いにつながるかもしれません。

④ 良い第一印象を与えられる

第一印象は長く持続すると言われます。たった5秒ほどのあいさつが、あなたの印象を大きく左右します。さわやかなあいさつで良い印象を与えられるなら、自分にとっても大きなプラスになりますよね。

⑤ お互いの緊張をほぐせる

緊張している時でも、あいさつをされるとホッとします。また、自分から声を出すことでも自然と力が抜け、リラックスすることができるのです。

他にも、「相手からのプラスポイントが貯まる」「場の雰囲気が良くなる」といった声もあります。

地域の中で気持ちの良いあいさつが広がり、本校の生徒たち、そして地域の皆様が、互いにあたたかな気持ちでつながっていただくと心から願っています。

体育大会 頑張っています。

団長・リーダーを中心に頑張っています。ご期待ください！！

