

令和8年度

高階西小学校だより



学校教育目標 ～力を高め・みんななかよく・さあ、やるぞ～

令和8年6月1日

時を大切に～「時計の時間」と「心の時間」を考える

窓の外に広がる空に、重たい雲が立ち込める日が増えてまいりました。いよいよ梅雨の気配を感じる今日この頃、先日の運動会では、子どもたちのひたむきな姿にたくさんの感動をいただきました。保護者の皆様、地域の方々の温かいご声援とご協力、心より感謝申し上げます。

さて、先日校内を巡回していた際、6年生の国語の授業を参観しました。ちょうど、先生の「時計の時間と心の時間」（文：一川誠 心理学者）という説明的文章を学んでいるところでした。この教材では、時計が刻む均一な「時計の時間」と、自分の心で感じる伸縮する「心の時間」という、二つの時間の不思議について述べられています。

授業で学ぶ子どもたちの真剣な眼差しを見つめながら、ふと、学校で見聞きする子どもたちの日常の様子が頭をよぎりました。実のところ、夜遅くまでゲームをしてしまい、睡眠不足になっているという話を耳にすることが増えています。「時を忘れる」ほど夢中になる一方で、成長期に大切な休息の時間を削ってしまっている現状が、とても心配でなりません。

ミヒャエル・エンデの『モモ』に登場する時間泥棒は、人々から時間を奪っていきました。現代の私たちにとって、画面の向こう側の世界に意識を吸い取られ、現実の家族との会話や安らかな休息の時間を失うことは、同様の喪失を意味するのかもしれない。

6月10日は「時の記念日」です。日本で初めて時計が鐘を打ち鳴らしたことに由来するこの日、ぜひご家庭でも「時間の使い方」について話し合ってみてください。

「時計の時間」は誰にとっても平等ですが、「心の時間」を豊かにするのは、周りの人との対話であり、日々の健やかな営みです。「家族で過ごす時間」や「夜の休息の時間」を、子供たちの心と体の成長にとって、かけがえのない時間として大切に育んでいきたいと感じています。

学校でも「時間の使い方」「睡眠の大切さ」等について今後も折に触れ、子供たちにお話をしてまいります。ご家庭でも、ぜひ話題にしていだけたら幸いです。

写真

近年、子供たちのゲーム時間が長時間化し、生活リズムの乱れや、注意した際の激昂といった様子が見受けられるとのご相談が増えています。もしお子様の様子に不安を感じる場合は、早めに専門機関へご相談ください。ご家族のみの相談に応じってくれる窓口もあります。学校としても、お子様の健やかな成長を共に支えてまいります。

6年生 力強い『肝高の阿麻和莉』～高西バージョン～