



虹をかけよう『にしむた』

令和7年3月13日 NO.60

筑後市立西牟田小学校 校長 徳永 裕(文責)



寛元寺での座禅体験 (6年生)

1学期に2年生は「まちたんけん」、3年生は「校区の様子」の学習で寛元寺を訪問し、座禅体験を行っています。今回は、6年生が座禅（坐禅）体験を行いました。

数年前から地域の名前にもなっている「寛元寺」を、総合的な学習の時間での追究対象となる学習材にすることができないかと、職員に話していました。

今年度は、3つの学年が寛元寺へ行きました。6年生は、卒業を前にこの座禅体験を設定しました。

座禅について、ご住職から簡単に座り方等を説明していただきました。

座り方については、**足先を膝の上に乗せて座る**ことや、その際、**腰骨を立てる**ことなどを教えてもらいました。腰骨を立てることについては、授業の始めと終わりに行う「立腰」と同じことです。

この座禅で大切なことは、「**呼吸**」だそうです。吸うを1・2・3・4、吐くを吸うの2倍の5・6・7・8・9・10・11・12と、ゆっくり吐くことです。

また、驚いたことは視線でした。目を閉じるのではなく、目は薄く開いてやや下の方を見て、一点に集中することでした。仏像は、目を閉じているように見えるのですが、実は薄く目を開けられているということでした。

今回、時間の関係で7分間の座禅を体験したのですが、子ども達の声は「**7分間、短く感じられた**」ということでした。私も同じように感じました。

ご住職がおっしゃるには、この座禅の呼吸は、集中したり落ち着いたりしたい場合に効果があり、**生活の中に生かしてほしい**ということでした。

今後の主な行事予定

急な変更が生じる場合があります。

【3月の主な行事予定】

- 13日(木) 6年修了式、卒業式準備
- 14日(金) 卒業式
- 20日(木) 祝日：春分の日
- 24日(月) 修了式 ※給食なし3時間授業

【4月の主な行事予定】

- 7日(月) 始業式
- 10日(木) 入学式



明日は、卒業式です。卒業式の「別れの言葉」の中で、『かわらないもの』『旅立ちの日に』の2曲を歌います。それに向けて練習を重ねてきました。

練習開始段階の合唱指導は、**西岡めぐみ先生**（いろいろな学校で合唱指導をされています）に指導をしていただき、その仕上げとして、八女ジュニア合唱団主宰の**鍋田和明先生**に指揮をしていただきました。ピアノ伴奏はピアニストの**佐藤美保先生**です。（西牟田小学校を卒業されています。大谷短期大学・久留米大学の先生）佐藤先生には、卒業式の国歌・証書授与・校歌の際などの演奏をしていただきます。生伴奏での卒業式です。佐藤先生がおっしゃられていました。**「鍋田先生の指揮により、子ども達の声が立体的になっていくのが、子ども達の背中越しにはっきり分かりました」**と。

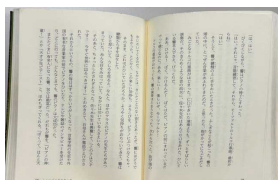
卒業式を五感で味わってほしいと思っています。

子ども達は、様々な学習の充実・長縄の記録・素敵な合唱など、**あらゆる面で宝物を手にしたこと**だと思います。それらを自分の自信にして、中学校生活を送ってほしいと思っています。



《「かすりっち」タオル完成》

4年生の■■■■さんがデザインした「かすりっち」がタオルになりました。3年生の時に総合的な学習の時間でタオルについて追究しました。その延長線上の活動で、「**西牟田小学校オリジナルタオルを作ろう!**」となりました。3年生が全校児童に西牟田小学校のキャラクターを募集し、何点かの候補に絞られ、最終選定はPTA役員さんの投票で決定しました。その結果、原田楚々さんのデザインが採用されました。このタオルは全校児童に配布しています。



《たくさん本を読んで欲しい》

全校朝会の折りに本を紹介しました。

その本は、2年生の■■■さんから紹介してもらった本です。同じ2年生の■■■■■さんからも薦められました。

驚いたことは、2年生なのに殆ど活字だけの本を読んでいたことです。

さて、西牟田小学校は次年度、読書に力を入れます。それに当たり、たくさん本を読んでいる高学年の子どもに「**本をたくさん読むようになったきっかけ**」や「**本を読む楽しさ**」等について聞き取りをしました。紹介します。

- ・ お兄ちゃんからすすめられて読んでいたら、面白くなってきた。
- ・ 低学年の頃は、分からなかった字が分かるようになってきて、想像しながら読むようになった。
- ・ 読んでいると、物語の中にとけ込めるような感じになるから、夢中になる。

今は、図書室に魅力的な本がたくさんあります。想像しながら読んでもらいたいです。