

http://www.minamih.net/



10・4・10(土)  
南NEWS NO 2

## 永い間、お疲れ様でした。 ありがとうございました。

高見澤コーチ、川嶋コーチ、小出コーチがご都合により南の指導者の任を退かれました。20年を超えている方もいらっしゃると思いますが、永年、南の子どもたちのために力を尽くされたみなさんです。本当に有り難うございました。高見澤さんは審判部として南に関わり、川嶋さんはジュニアユースの農業体験指導を引き続きしてください。

「時々、グラウンドに顔を出してくださいね」とお願いしました。どこかでお会いしたらあいさつをしてくださいね。

あいさつの大切さ 存在肯定＝ラポールを取る



心療内科医からの提言

### 『誰もが生まれてよかったと思える教育』

竹内小代美著 幻冬社ルネッサンス

P205～206 無条件の存在肯定の意思を育てる より

赤ちゃんの存在を無条件にいつくしむことが存在肯定の始まりであった。その後は、無条件の存在肯定を明確に意識づけることだ。この存在肯定を心理療法ではラポールを取るといふ。ありのままを、無条件に認め合うコミュニケーションの成立である。

日常生活は、挨拶から始まる。「あなたといると嬉しい」「あなたと協力したい」と口に出したり、心の中で言ったりしながら、挨拶を交わす。表情は自然に和らぐ。アイコンタクト、微笑み、握手、ハグ、遠くから手を振るなども同じだ。「この人どんな人かしら」と推測する前の、いろいろな挨拶は存在の認め合いなのである。

うまくラポールが取れていないと感じたら、呼吸を合わせたり、しぐさを合わせたりすると、だんだん息が合ってくる。相手をよく見て感じることは相手の存在を尊重しているということなのである。

落ち着かないクラスでは、みんなで腹式呼吸をしたり、肩に手を載せて相手の温かい手や呼吸を感じてみたりして、相手を感じることも互いの認め合いに役立つ。「今日もみんなと会えて嬉しい」「今日も一緒に過ごせて良かった」「あなたは」クラスの大切な一員よ」。存在を認め合う言葉が、ほどよく行き交うクラスは、子どもたちの自己肯定感を育てる。

挨拶が義務であったり、挨拶をしないと非難されたりするのは、存在肯定にならない。毎日、家庭で、学校で、職場で、気持ちの良い挨拶を交わし合うことは存在を肯定し合っている意思の表現だ。もし、気持ちよく挨拶できないとしたら、自己か相手に、存在肯定できない何かが起こっていることになる。その時こそ、周囲の人が、その人に起こっていることを知ろうとすることから解決への道が始まる。他者理解の始まりだ。

このほかにも、「あなたが大好きだ」「会えて嬉しい」などなど、存在を肯定する言葉がさりげなく行き交う生活には潤いがある。

南の子どもも大人も気持ちの良い挨拶<sup>あいさつ</sup>ができる人になりたいですね。

## 第34回春季カップ戦試合予定

	4月11日	4月18日	4月25日	4月29日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	
少女	川町G 審判9:00 樺 10:40	南大沢小 審判9:30 MYFC 11:00 南大沢 12:30	どんな技が使えるかな 何人抜けるかな  めあての達成 めざしてGAMBA!						富士森G 決勝 10:00
2年	梶田G 審判9:30 愛宕ブルー 10:30			陶鎔小 宇津木 13:00	大和田小 15:10	梶田G 10:00		富士森G 決勝 10:50	
3年				川町G 清水北 12:40	大和田小 高尾 13:10	川町G 9:30		富士森G 決勝 11:20	
4年		愛宕小 プレジール 11:50	鎌水小 諏訪 13:40			川町G 14:50	川町G 12:00	富士森G 決勝 12:00	
5年	愛宕小 MYFC 13:10  なかのファ 15:40		七国小 12:30  14:30					富士森G 決勝 12:40	
6年	狭間G 審判9:00 CBX 10:40	川町G 大和田 13:50	南大沢小 13:40		大和田小 10:20			富士森G 決勝 13:30	