

やる気スイッチはどこにある？

以前、進学塾のCMで、「教えてあげるよ君だけのやる気スイッチ〜♪」という歌がありました。CMでは、やる気が出なくてうつむいて歩いている子どもの背中にやる気スイッチがあり、それをパチンと押してやるとすごいスピードで走り出すというものでした。こんな風に、誰の体にもやる気スイッチがついていて、パチンと押すだけでグリーンとやる気が出たらこんなにいいものはありませんよね。多くの人がきっと一度は自分のやる気スイッチを押せたらなあと思ったことがあるのではないのでしょうか。



でも、実は人間には誰にもちゃんとやる気スイッチがあるのをご存じでしたか。ただし、このやる気スイッチは指で押せる場所には付いていません。ではどこに？ そうです。脳の中にあるのです。

脳の中には「即座核（そくざかく）」という部分があります。この即座核が興奮すると、やる気がどんどん出てきます。つまり、やる気を出したかったら、即座核を刺激すればよいのです。では、どうやったら脳の中にある即座核を刺激できるのでしょうか。

みなさんは、こんな経験をしたことがありますか。

「最近部屋が散らかっていて、前々から片付けをしなければならないと思っている。でもやる気が出ない。そんなある日、部屋の一部をちょっとだけ片付けてみた。すると、なんだか他のところも気になりだして、気がついたら夢中で片付けをしていた。ついでに掃除までやっちゃって、部屋がピカピカになった！」

嫌々ながら始めてみたら、いつの間にかはまってしまったというやつです。これこそ即座核が刺激された状態、やる気スイッチが入った結果の出来事なのです。

このことから分かるように、即座核は、何かを始めると自動的に刺激されます。つまり、「やる気があるから行動するのではな

く、行動するからこそやる気が出るのです。」

以前受けもった学級でもよくこんなことがありました。

帰りの会が早く終わった時、下校まであと10分あるというときに、「やりたい人は10分間だけ宿題をやっていいよ。」と言うのです。すると、子どもたちはぼちぼち宿題を始めます。もちろん、やる気満々の子ばかりではありません。ところが、10分後には教室の中はシーンと静まりかえり、鉛筆を走らせる音しかしません。みんな熱中して宿題をやっていくのです。そんな子どもたちに「時間がきたから、帰りのあいさつをしよう！」と言うと、「先生待ってください！もう少しだけやらせてください！」と懇願してきます。実は、集中して宿題をしてもらおうと、意図的に10分間を捻出していたのですが、見事なまでに即座核が刺激される様子に、感心するばかりでした。

やるべきことがあっても、段取りのことやこれからしなければならぬ準備など、いろいろなことを考えるとどんどん面倒くさくなってしまいます。それこそやる気スイッチは一向にONになりません。

そうなのです。やる気スイッチを押したかったら、いろいろ考える前にとにかく始めればよいのです。

猛暑の続いた夏が終わり、何をするにもいい季節がやってきます。

ぜひ、「思い立ったらとにかく始める！」を実行し、やる気スイッチをONにして、充実した時間を過ごしたいものです。

あいさつをするとどうなるの？

8月27日から2学期がスタートしました。始業式では、子どもたちの作文発表があり、2人の子どもたちから、2学期を迎える上での所信表明が述べられました。

その1人、1年生の篠村桐心さんが、作文の中でこのようなことを述べました。

「わたしはあいさつをがんばります。わたしが地域の人にあいさつをすると・・・」

さて、この後、桐心さんはなんと述べたと思いますか。

桐子さんはこう言ったのです。

「私が地域の人にあいさつをすると、地域の人の方が優しくなります。」

何という純粋で優しい言葉だろうと思いました。こんな気持ちであいさつをされたら、誰もが笑顔になれると思いました。

これはあいさつだけに限ったことではないと思います。誰かと話すときには、相手を思い、相手を信じて言葉を発していきたいと改めて思わせてもらった始業式の作文発表でした。

飲用水に関するお知らせ（ご報告）

熊本地震以降、砂が混じってそのままでは飲用できなかった学校の飲用水ですが、町教育委員会が二つの水槽と各教室に浄水器を設置してくださり、現在は安心して飲用できるようになっています。今後、地下水の砂の状況が落ち着いた段階で、元のような水道施設に戻す予定です。ご心配をおかけしました。

子どもたちの健闘をたたえます

◇第51回高千穂町少年剣道大会

小学5年の部

優勝 坂本道心会 落合 史蘭

小学3年の部

第3位 坂本道心会 畦池 颯海

バードウォッチング

今回は、シジュウカラ（四十雀）のお話です。スズメぐらいの大きさと胸の模様がネクタイをしているように見える留鳥です。スズ



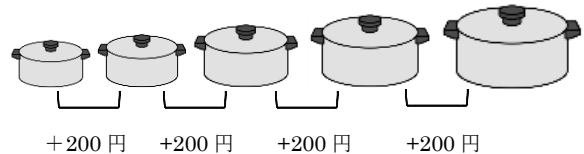
メ目のシジュウカラ科には、コガラ（小雀）ヒガラ（日雀）ヤマガラ（山雀）ゴジュウカラ（五十雀）がいますが、一番目にするのがシジュウカラではないでしょうか。以前、自宅付近のブロック塀にシジュウカラの巣を見付けました。頻繁に出入りするので、多分あのブロックの穴に巣を作ってい

るなあと思い、近づいてみました。すると、シジュウカラは、さえずりながら私の気を引き、私を巣から遠ざけようとする仕草を見せるのです。すごい能力ですね。何度やっても、明らかに、私を巣から遠ざけようとしていました。別の日に、どうしても巣の中が見てみたくて、のぞいてみました。ちょうど、抱卵中でした。私の顔を見るなり、その小さな身体はどこからそんな音を出せるのかと言うぐらいの、「ドッ」という鈍い音を発しました。威嚇です。おそらく、羽根を使って出したと思うのですが、大人の私も一瞬たじろぐほどの迫力でした。

総合研究大学院大学の研究により、シジュウカラが単語を組み合わせて文にし、仲間に伝達する能力を持つことが明らかになりました。語順を正確に理解しているという部分に関してはチンパンジーより上なのだそうです。そうやって聞いてみると、シジュウカラの鳴き声は、何かを語りかけているように聞こえるから不思議です。

おまけ 頭の体操

大きさの違う5つの鍋があり、一番小さな鍋から順に200円ずつ高い値段がついています。この鍋5つ全部を買うことにして、1万円を出すとおつりが500円きました。一番小さな鍋の値段はいくらでしょう。（吉田光由著 塵劫記より）



答え _____

※ これは、江戸時代に書かれた塵劫記からの問題です。答えがお分かりになったら、学校まで連絡ください。

坂本小学校の合言葉

あ あかるく
し しんけんに
た たくましく

