



# “学びの森”だより

新年度がスタートしました。

どうぞよろしくお祈いします。

感

本物にふれる

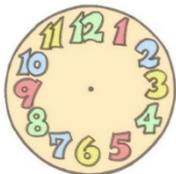
掛け軸をご存じでしょうか。現代の住居ではなじみがありませんが、お宝鑑定団などで取り上げられることがあります。以前に、国宝の掛け軸を修復（表装）する職人さんと話をしたときのことで。

「何枚もの下地の絹布を重ね、その上に、まっすぐに貼るのは難しいでしょうね。」と尋ねると「では、どうやって貼ると思いますか？」と切り替えられました。「たぶん、精密な定規を使って、それも神経を研ぎ澄ましてでしょうか。」「違います。感<sup>(※)</sup>です。」「えっ？感？」「そうです。定規は使いません。」「それでいいのですか？」「だからいいのです。」意味が分からなくなりました。<sup>(※)</sup>ここでは、あえて「勤」ではなく「感」としました。

「では、熟練すれば、ぴったり合うのですか？」「確かに合うのですが、微妙にずれています。」「そのずれてどのくらいですか。」「たぶん、分からないくらいのもです。」ますます分からなくなってきました。困った私を見て、「日本人のほとんどは右利きです。右利きの人は、微妙に右に傾いていた方が、心地よいと感じるのです。」「でも、曲がっていたら、気持ちが・・・」「だから、ものすごく微妙なんです、だから、感なんです。その微妙さに、心地よさがあるのです。」しかし、左利きの人もいるし、感じ方は人それぞれなのではと思いましたが、とても聞けませんでした。それを察したのか、「右利きでも左利きでもないんです。本物にふれていると、微妙な心地よさが、肌で心で感じ取れるようになるのです。だからこそ、本物の感を磨いていくのです。」ということでした。

研ぎ澄まされた感を身につけることは、難しいことですが、いろいろな本物（人、もの、こと）にできるだけふれ、心地よい感を味わい、心を豊かにしていけたらと思いました。

## 人生時計



少々堅い話ですが、各県には、教員育成指標なるものがあります。キャリアステージ（年齢）で求められる資質能力を見据えた上で、チャレンジしたいことを明確にすることが目的の1つです。静岡県にもあります。読んでみると、確かにそうだなと思うのですが、今ひとつイメージが・・・。

「人生時計」を知っていますか？自分の年齢を3で割り、その数字を24時間制の時刻に当てはめてみるというアイデアです。

なぜ3で割るのか。それは、日本の健康寿命が72歳ぐらいで、健康寿命の間は、自分次第で何でもできるからです。そして、1日に直せば、今どんなときなのか客観的にイメージしやすくなるからだと思います。イメージできれば、今何をすべきかが行動しやすいのではないのでしょうか。落ち着いて行動ができるかもしれません。チャレンジできるかもしれませんね。自分の人生の時刻を知って、楽しいかもしれません。人生時計は、自分の年齢についてその頃合いを考える有効なツールになるかもしれません。また、身の回りの人についても、計算してみると、いろいろ納得ができるものがありそうです。そこで、独断で、人生時計を作成してみました。（裏面参照）

文責 松山充彦指導員



# 人生時計

年齢 ÷ 3 = ?

年齢	時刻	どんな時	考え方、過ごし方、生き方	県教委 キャリアステージ
22～	8時 始業	さあ 始まる まずは心と体の健康チェック	スタートが肝心 受容共感・謙虚にスタート 思わぬ出来事が起こっても みんなに相談・すぐ相談 始めよければ、すべてよし	○教育に対する真摯な姿勢を持つとともに、求められる資質能力の基盤を形成しようと努める。
30～	10時	まだ午前中 エネルギー 一杯 無我夢中・充実の時間・業務	燃える時間帯に突入 一日の充実度がここに 気を抜くと、だらしない一日に	○他者との関わりや仕事上の経験を経て、教員としての資質能力の向上を目指す
36～	12時 お昼	忙しいからこそ、一休み一休み 栄養補給 気分転換 リフレッシュタイム そして、午前中を振り返り 午後を確認	忙しすぎるからこそ、何事も切り替えが大切 張り詰めてばかりでは、糸が切れる、心が折れる 心も頭も体も栄養補給が大切	○様々な学校の異動を経験する中で、視野を広げる
42～	14 午後 2時	まだまだ授業 花の授業 されど、ここが踏ん張りどころ 活動に変化が必要な時	もう一踏ん張り、ここをどう乗り切るか問われる時刻 気合い注入 行動に変化を、意識に変化を	○自らの立場や役割を自覚して学校運営学校運営に参画し、ミドルリーダーとしての資質能力の向上を目指す。
48～	16 午後 4時	意識を変える時刻 任される時間 試される時間 責任ある時間	もう4時か？まだ4時か？ 気持ち次第で、 過ごし方も生き方も変わる	○教員としての幅を広げ、自己の強みを確かなものにする。
51～	17 午後 5時	事務処理に追われる時刻 目的を変える時刻 自分自身を問う時刻	残業ばかりでは、効率が悪い、楽しくない、でもやらねば、でも・・・でも 業務・体制等の精選が必要な時刻	○指導的な立場として、学校運営のサポート役や校内の人材育成の推進役を務めるとともに、専門性をより深め、自ら描いた理想とする教員像の実現を目指す。
57～	19 夕食	夕食タイム 1日を振り返る時刻 明日を見つめる時刻	残業しすぎに注意 みんな十分がんばったのだ まずは、ねぎらいましょう そして、明日また元気に	○学校運営をリードする立場として、組織的に教育活動を推進する体制を構築する。
60～	20 午後 8時	好きなことが選べる時刻 自由な時間の始まり ゴールデンタイムの始まり	自由と創造を満喫。しかし、 油断すると、ぼ～となり、 何もしない、できない でも、そのぐらいの余裕も欲しい、 次の日のために ころあいかな	
65～	21 午後 9時	ゆっくり心と体を休める時刻 TV、読書、音楽、語らい ご褒美タイムの始まり	くつろいでよし、遊んでよし、 もちろん寝てもよし。 生きている幸せを存分に味わおう	
70～	23 午後 11時	まだ1時間ある、欲深い時刻 もう1時間しかない、健康第一、お休み時刻	欲はちょっぴり、無理は禁物 無理が仇(あだ)となる メンテナンスはしっかりと	
75～	25? 深夜	夜更かしタイム もうけた時間	おまけの時、楽しんじゃえ 気にしない、気にしない 好きなようにしてくれ～	

令和5年度も、昨年度同様、指導員3名、事務員1名でスタートしました。「森の道標」や各種研修会、いろいろな相談を通して先生方に寄り添い、共に考えていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



編集・発行：“学びの森”

〒410-1102 裾野市深良 435 番地

TEL : 055-995-4903

FAX : 055-995-4904

<http://www10.schoolweb.ne.jp/weblog/data/2240002>