

## “こんにちは あかちゃん”

吉塚ゆりの樹幼稚園  
理事長 高杉 洋史



明けましておめでと〜うございませう。

歌手 梓みちよ

作詞 永六輔  
作曲 中村八大

こんにちは赤ちゃん  
こんにちは赤ちゃん  
あなたの笑顔  
その小さな手 つぶらな瞳よ  
はじめまして わたしがママよ  
こんにちは赤ちゃん  
あなたのいのち  
こんにちは赤ちゃん  
あなたの未来に  
はじめまして わたしがママよ  
ふたりだけの愛のしるし  
すこやかに美しく 育てと祈る  
こんにちは赤ちゃん  
お願いがあるの  
こんにちは赤ちゃん  
お願いがあるの  
ときどきはパパと ホラ 二人だけの  
静かな夜を つくってほしいの  
おやすみなさい おねがい赤ちゃん  
おやすみ赤ちゃん わたしがママよ

この歌を思い出したのは、2020年12月、たくさんの嬉しいお知らせが届いたからです。最近写真付きで幸せなニュースが届きます。生まれたばかりの写真でもしっかりした顔つきで、かわいいこと全部で5人の赤ちゃんの写真が手元に届きました。おめでたいおめでたい。一足早くお正月が始まった気分でした。

12月中の誕生に胸をなでおろしたことの一つに、やはり新型コロナウイルスとの関係があります。出産間近のお母さんはもちろん、妊婦さんは感染に対する注意が必要です。

幼稚園は妊娠されている方、その可能性がある方がたくさんいらっしゃいます。ご家族の健康あつての幼児教育です。それだけでなく幼稚園時代は小児科には頻繁にお世話になります。感染症対応の病院やお医者さんはもちろん小児科クリニックのお医者さんや看護師さんもずいぶん気を使つて診療に当たられていることでしょう。感染症対応のお医者さんや看護師さんの疲労は極限のようです。私たちが協力できることは元気でいることです。自分が感染しないことが家族のため、地域社会のため、世界のためです。体力を落とさないようにしっかりと睡眠をとって 食事にも気を付けて免疫力をつけましょう。湿度は50パーセントくらいが感染予防に良いそうです。

最悪の事態をイメージするのに参考になる小説があります。

岡田晴恵著 「H5N1 強毒性新型インフルエンザウイルス日本上陸のシナリオ」

医療崩壊や流通が止まるこわさのイメージがつかめます。いくら医療関係者が事前に計画を立て準備をしても、爆発的に感染者が増えたと手の打ちようがないどころか、医療関係者まで倒れてしまいます。医療崩壊を起こさないためには一人一人が感染しないよう対策をすることしかありません。

このような時期だからこそ、幼稚園では子どもたちにストレスがたまらないよう、いっぱい遊び、いっぱい運動しようと思います。



## 「65歳を迎える年の初めにあって」

人生の大切なことはすべて失敗から学んだ  
—失敗していいんだよ、そこから学べばいい—

学校法人高杉学園 吉塚ゆりの樹幼稚園  
園長 高杉美稚子

新年あけましておめでとうございます。今年も宜しくお願い致します。

さて、いよいよ、今年の8月には65歳を迎える年になりました。時の流れの速さを感じます。15歳で開頭手術を体験し、27歳で父の逝去に伴い園長になり、30代でブバル崩壊に出会い、40代でメニエルと狭心症と友達になり 56歳で母と、同居してお世話していた叔父二人を看取り、時は加速するようで、あっという間の64年間、様々な体験を重ねてきました。



私だけでなく振り返り書き連ねていけば、誰の人生も、嬉しさと悲しさと驚きの思い出が一杯、それぞれに波乱万丈な唯一無二な人生ですね。こうやって、自分の過去の時間を巻頭言という形で、時々振り返り、書かせていただける今の環境に感謝でいっぱいです。少しだけお付き合いください。

### 振り返ってみれば私を行動変化に導いてくれたことは、心理学の学びと失敗から学んだ体験でした。

私は、本当にたくさんの失敗をしました。それが失敗だったことさえ気づかない私でした。「成功してはいけない、目立ってはいけない」という禁止令が私の中にあったと、今では理解できますが、一回失敗してからでないでと学べない私でした。



そして、私が私らしくなる為に必要だったことは、それが失敗だったことに、ダメな自分だったことに気づき、受け入れる手助けをしてくれた学びに出会えたことでした。その学びは、失敗こそ宝だったと気づかせてくれたのです。

失敗すると落ち込み、自己嫌悪になり、本当の自分が何なのか掴めず、自分がどうしたいのか、どうなりたいたのかさえ分からなくなって、自分を認めてほしくて、相手に合わせてシーソーのように大きくなったり、小さくなったりする自己一致していない、安定感のない自己肯定感が低い、臆病で怖がり、人の目を気にして、気を使って疲れ果てている大人びた子どもでした。



「ハリネズミのジレンマ」という言葉がありますが、まさしくその通りで、寂しいから人のそばに寄りたいたのに、寄ることでかえって自分を傷つけるので寄れない。愛してほしくて側に寄るのに、自分の周りに重い鎧と兜で防御していて、固まり本当の気持ちを我慢して出せないから伝わらず、自分も疲れ果て、周りにいる人も混乱させていたかもしれない、と気づいた私が最終的に求めたのは「リラックスして自分らしく揺るがない自己一致した私になりたい」でした。

それは、私の心理学の学びを初めた頃のノートの1ページに「私になりたい姿」と記されています。27歳で園長になった私は、どう進んでいいか分からなくなって学ぼうと思った時に私が求めているのが何なのか、学びの中できちんと「目標を明確化」させて戴いたお陰です。



東京に行くのか、鹿児島に行くのか、選択し決定することはとても大切なこと。方法は、徒歩でも、自転車でも、自動車でも飛行機でも、何でもいい。自分のスピードに合わせてほしい。

そして、園長になってすぐに決めたことは、園長、母親業、両方に必要なこと「最新の教育学と、心理学を学ぶこと」そして「福岡で一番の幼児教育者になる」ことでした。



そしてそれは、具体的なアクションプランとしての目標であって、私が本当に求めているのが、内面的成長「リラックスして自分らしく揺るがない自己一致した私になりたい」ということであると気づいたのは、心理学の考え方を学び始めてからでした。

幼児教育者としての最新の学びと心理学のスキルの学びは、目の前にあることを、どんどん吸収して自分のものにしていく自分との戦いでしたが、心の成長、特に自己一致と自他受容に関する気づきは長い時間が必要で、時間と失敗の体験が熟成させてくれたように感じています。

昔、父が言った言葉「待ちなさい。時間が解決してくれる。」その言葉は、人生の中で2回言われ、2回とも、その言葉を受け止められなかった私は、私自身を追い込んでしまい、私は2度失敗しないと気づけない人だと自己嫌悪をしましたが、その2回の失敗でやっと学んだのでした。それも気づくには失敗という体験と、時間という要素が必要だったと感じます。そして、そのことに気づき、受容してからは急速に学べた気がします。  
**学んだことを、まとめてみるとゆりの樹幼稚園の教育理念に行きつきます。**



まず、学んだことは**感情に気づくことの大切さ**でした。私は視覚型人間で、感情にまで落として決定してないから揺らぐのだということに気づいたのです。感覚を鋭敏にし、感情を豊かにする為に、今晚食べたい物でさえ、自分の気持ち「**エモーション**」（快・不快）に気づくこと。自分で決めること、好きなもの自分で決めることができた人「**自己決断・自分軸**」はその気持ちを人に伝える「**エンターテイメント**」ことができ、楽しさ「**エンジョイ**」を共に味わうことができ、最後まであきらめない人間力「**エンパワーメント**」が育ち、そして素晴らしい「**エクセレント**」な食事、人生になり、成長、行動変化できる。

小学生の時、20歳の方が大人に見えても自分になったらそうは感じない。成長とは、自分では見えないので、**行動変化・エクステンジ**しかない、ということに辿り着いたのです。どう行動変化したいか・・・次はどんな自分になりたいかを見つけることでした。

長い学びの時間の流れの中で一つずつ腑に落ちていく感覚がありました。見つけた次の目標「**なりたい人になる**」為に気づいたことは**ぶれないためには人の目を気にする他人軸から自分で決断する自分軸を持つ**。その為には**いいところに焦点を当てよう**、人の赤い欠点を見ていると青い長所に気づかない、全ては 自分の捉え方、見方の違い、その為の肯定語、依頼系、訊ねる言葉、質問力を身につけよう。**自分からごめんなさいを言おう**。誰にも間違った所はある。まずは「**守・破・離**」そして**遠慮から謙虚へ**



自己肯定になる為には「**分からない、教えて、助けて**」と言おう。そうすれば、**従順から正直へ変わることができる**。**正直な人ほど正直になれないということに気づいている**。実は気づいたときはすでに**手に入れている**。だから、**自分がダメなところに気づくことが大切**。その上で**ダメな所を受け入れることが大切**。自分が失敗して、例えば「**自分ののろい**」ということを受け入れれば、人から「**のろい**」と言われても、頭にきたり、落ち込んだり、否定したりすることなく「**そうなんですよ**」と受け入れることができる。

そして、「**どんな所を直したらいいですか**」という「**分からない、教えて、助けて**」が言えるようになる。その時に具体的な行動変化を教えてくれる人の意見は聞き、具体的な指示ができない人は**ただ負の感情で言っているだけなので気にすることはない**。

**失敗や自分の駄目な所に気付くことができた人は素晴らしい**。気づけば、例えば「**失敗という川**」に足を突っ込んだとき、冷たいと失敗したこと、間違っていたこと、そのことがすぐわかる。だからすぐ出ることができる。そしてその**自分を受け入れると、「失敗と思っていたこの溺れる川こそが、これが自分だ」という大樹の幹**になる。



**受け入れると起こったこと全てにありがとうと感謝し、そこから学んで成長することができ、へつらい、ごますりから 心からの美しい感謝へ変わる**。失敗や自分の駄目な所を人に伝えることができたなら他の人の失敗を防ぎ、皆が幸せになり、感謝の言葉が返ってくる、その自分からの感謝の交流が自分の幸せになり、皆の**モチベーション**が上がる。



柔軟性とは 例えば断れない私がいるから、精一杯受止める。これ以上受け止められない程努力した時、これだけ努力したのだからと断る力が付く。

外側、内側、物事は全て両面を知ることが大切。両面を見ると柔軟に受け入れられる。受け止めることができるから忍耐力が付く。忍耐力が付くとは、我慢することではなく精一杯楽しんで頑張った事が終わった後に振り返った時、毎日よく頑張ってきたなあと考えた時、忍耐力が付いたことになる。



だから、毎日精一杯楽しんで生きる以外に忍耐力が付く方法はない。

勇気を持って頑張るということは、一人で我慢してやり続けることではなく、人に関わって、自分や人のいい所を受け止めて、「ありがとう、ごめんなさい、分からない、教えて、助けて」を伝えて、人を支えて、人に支えられて、助けて、助けられて、置かれた場所で今、目の前にある自分で選んで決めた道と時間のプロセスを、人と共に夢中で楽しんで、精一杯取り組み、自分らしく生きていくこと。

そして、いつか時間が経って振り返った時、私よく頑張ったなあと考える自分がいることが本当に頑張るということ。



「頑張るとは無理して一人で頑張らないこと、皆で支え合うこと」

人間は家族の愛、友達や社会の「人と人とのつながり」がある所で例え一人でも、へこたれず、諦めず本当に頑張れる。

「共感と個別性のある自立の循環」を経て、自己決断したことのみ自己責任が取れる

そして、自分で決めた事だから、いつでもその決断は、行動変化の中で柔軟に変えることができる。人は成長するからこそ決断は変わる。愛と勇気と共に。

自分のダメなところに気づき、失敗から学び自分のダメなところがあったからこそ今の私があると感謝する。だから、よかったのだと自分のダメな所を受け入れること、即ち自他受容していくプロセスこそが人生。



そうすると、嫌いだった自分の部分が好きになれ自己肯定できる。そして、自分の人生を、自分のシナリオで、自分の足で歩いていく勇気とパワーが育ち、自己責任が取れる人に育つ。



「このように悩む、私のような苦しみ情けない大人に育ててはいけない」そのことに気づいた私は、その為に必要なことは何かを学び、長い間、自問自答し、出来上がったのが「ゆりの樹幼稚園の教育理念」です。

まさしく「ゆりの樹幼稚園の10E」と「目指す人間像」は心理学での私自身の心の成長を明文化したものです。それは、私が生きていく為の指針となる「10の価値観」になりました。この価値に沿っていく時、ぶれない自己一致した私になれる気がしています。そして、それは「ぶれる時があってもいい私」を受容した瞬間でした。ぶれる自分に気づいて受容した時、自己一致しぶれていないからです。



若くして園長になってよかった、悩んでよかった、失敗してよかった、長い時間、学ぶ時間があってよかった、間に合った、園児の為に。それは「私がそこにそのままいる。」を会得した私の為に必要な時間だったと感じた瞬間でした。

更に、カーテンをくぐって学んだ先には次のカーテンが待っています。日々成長、一生が学びですね。その意味で、一生経って、神様に召される時でない、人生は語れないのでしょう。

その一生の成長の為に必要なことは、今できる小さなアクションプランを立て、実行する「日々の小さな行動変化」あるのみです。

どのように行動変化するかは、そこに「愛があるか」「気づきはあるか」「自他受容しているか」を根拠にした「ゆりの樹幼稚園の目指す人間像」です。コロナ禍で判断するときも大切にしています。

# ゆりの樹幼稚園がめざす人間像



## 自分軸

## ⇨他人軸

### 1. 心と体が健やかな人—明るく、元気

人の良いところに焦点をあてることができる

### 2. 謙虚な人—清く、優しい

## ⇨遠慮

人の成長を自分の喜びとし、手柄を自慢しない、相手をたて、「ごめんなさい」が言える

### 3. 正直な人—自己肯定、素直

## ⇨従順

「わからないことはわからない、教えて、助けて」と言え、聞くことができる

### 4. 感謝できる人—他者肯定、愛らしい

## ⇨へつらい・ごますり

起こることすべてを受け止めて、必要だった、だからよかったと感じ、「ありがとう」が言える

### 5. 柔軟性がある人—かしこく、温かい

外(クレーム・アクシデント) 内(自分の問題・ストレス)の  
どんな変事にも対応しようとする

### 6. 勇気がある人—どっしりとして力強い

自分を信じて新しいことにチャレンジ、最後まで  
あきらめないで一步を踏み出すことができる

### 7. 自己責任がとれる人—潔として、おだやか

## ⇨賞賛

自己承認し、言い訳をせず、人のせいにならない  
「だって・でも・どうせ」を言わないで、  
今、何ができるかを考えようとする

子ども達の成長のプロセスを見ることが出来るのは親と教師だけ。その幸せを感じることが出来る人、我が子、園児の幸せ、ひいては人の幸せが自分の幸せと感じられる人は、最も幸せな人になる。そして人に認められ、相手も自分もモチベーションを上げられるそんな陽だまりのような人になれる。

このことの理解ができた時、適切な決断と、適時、適量の言葉かけができるのだと思います。このような親、教師、子どもの関係が築けたときその集団はきっと成長していくのでしょう。

反対に人の目を気にした時、自分軸から他人軸へとぶれ、評価を恐れ、自分らしくなくなり、人は貝に閉じこもり、人の悪口と愚痴を言うことで発散し、我慢した言い方は強くなり、回りくどく自分の真意は伝わらず、結果として人を傷つけ、自分も愛されたいのに、愛されないという悪循環に陥ります。

そして、自分で責任が取れず、全て人のせいにし「だって」と言い訳し、「でも」と否定し、「どうせ」と勝手にいじけ引き込まれるのです。

謙虚は、我慢したとたん遠慮になります。どんな謙虚さでも自分が遠慮だと感じた時、自分を苦しく情けなくするので 自分で引くことを決めたと感じ、考えを改める行動変化が大切です。

自己肯定できなければ「できるふり、いい子のふり」をやめて、恥ずかしがらず「分からない、教えて、助けて」と頼ればいいのです。そうすると、心から美しい感謝の心「ありがとう」が言えるのです。このことを体ごと感じて、学び、自己成長できた私がいるので  
「ゆりの樹幼稚園の10Eと目指す人間像」を大切にしたいのです。

この実現のためにどうぞ手を取り合っていきましょう。かわいい子ども達の為に。次世代の為に。それは、とりもなおさず自分に返ってくる、人間として自己成長に繋がります。後ろ向きで、後退りでも、前を向いて歩くことが大切です。

失敗したら、そこで学ばばいいのです。次にどうしたらよいか、考えればいいのです。

草でも、石でもつかんで立ち上がらなければ辛い思いをしたことがもったいないです。

怖いのは、失敗を恐れて一步を踏み出せないことです。

迷いながらも、勇気を持って挑戦する事は、人を成長させます。



「情けは人の為ならず」結果として、自分にすべて返ってきます。

子ども達の為にも、自分の成長の為にも、目の前の事柄や手段や結果のみに振り回されず、問題の奥底にあるものに目を向けて、プロセスを大切に生きていきましょう。

過去に紹介した文章ですが、最後に改めて

「置かれた場所で咲きなさい」ノートルダム清心学園理事長『渡辺和子先生』の言葉です。

今、この場所で、幸せを感じる事が出来なければ、どこにいても、感じることは難しいのではないのでしょうか。**幸せの青い鳥は常に自分の側にいるのです。**幸せを感じることはその人の能力だと思います。そしてその力は磨く事が出来ます。その為にも、過大評価でも過小評価でもない等身大になりたいけれど、そうでないと自分が見える時さえも楽しめる自分でありたいと思います。

その為には置かれた場所、巡り合った「ゆりの樹幼稚園」の教育スピリットを自分の中に包み込んで、理解して頂くことが最も大切です。自分の教育理念のミスマッチが一番不幸なことから・・・もちろんそこから学ぶこともたくさんあるのですが・・・

### 「面倒だからしよう。」

面倒だからしようはおかしな言葉かもしれません。「面倒だからよそう」が当たり前でしょう。面倒くさがりだからこそ言い聞かせている言葉なのです。「しようか、どうしようかと迷ってもいい。でもそこで自分の怠け心と戦った時に初めて本当の美しさ、自分らしさが生まれてくるのだと思う。」

### 「小さなことこそ、心を込めて、ていねいに 大きな愛をこめて・・・」

不甲斐ない自分を受け入れ、機嫌よく、感謝を忘れずに生きる幸せはいつもあなたのところが決める。

### 「よよく生きるということは自分中心に生きようとする傾向と戦うこと」

人は誰でも楽な道を進もうとする、そんな自分に打ち勝つ強い心を持とう。

### 「価値があるから生きるのではない」

生きているから価値がある。躓くのは当たり前。躓いたおかげで気づくものがある。何が出来ても、何が出来なくてもいい。どんな人でも生きているだけで価値がある。親切でなくても親切さに欠ける自分に気づいておく。



### 「愛想が尽きるような自分を見捨てないこと」

自分を愛せない人は人を愛せない。ありのままの自分を受け入れた時、心の中に優しさや強さを持つことが出来る。

### 「一回一回が仕始めで、仕納め」

毎回新しい気持ちで取り組み、これが最後だと心して、一日一日を丁寧に生きよう。

### 「同じことは二度とない。だから、今という時を大切に作る」

人生で経験する出来事はどれもがたった一度だけのこと。どんなに望んでも、どんなに後悔しても全く同じことは起きない。一つひとつの体験に心を込めましょう。



今年一年も、子ども達、保護者の方、職員と共に歩き、驚き、響きあいながら共に成長したいと思います。

**明日生きている保証は誰にもありません。今、自分が発した言葉が、今、自分が起こした行動が、周りの人にとって最後の言葉、行動になってもいいと思える人生を、園児、保護者の皆様、職員と過ごしたいと思います。**

**「愛と思いやりをもって、自信をもって決意できるように・・・」**

最後まで読んで頂きありがとうございました。今年も心を一つに頑張りましょう。どうぞ宜しくお願いします。