

生徒指導通信

令和8年9月11日
熊野町立熊野東中学校
生徒指導部

～東中の「挨拶」をアップデートしよう～

2学期が始まり、学校ににぎやかな声や活気が戻ってきました。今回は、私たちの日常に欠かせない、しかし意外と見落としがちな**「挨拶」**について、みんなで一緒に考えてみたいと思います。挨拶は、お互いの心を繋ぎ、学校全体の雰囲気をも温かくする、最も簡単で強力な魔法です。

1. 東中生の挨拶：みんなの「素敵な姿」と「これからの課題」

まず、本校の挨拶の現状を振り返ってみましょう。

【輝いている「成果」】

1学期の代議委員の挨拶運動終了後も、正門前で自主的に挨拶運動を続けている生徒の数が少しずつ増えてきました。また、学校の中でも、自分から積極的に気持ちの良い挨拶ができる生徒が増えており、とても嬉しく、誇らしく思っています。

【ステップアップしたい「課題」】

一方で、次のような少し寂しい姿も見られます。

「相手から挨拶をされないと、自分

からは挨拶しない」、「視線をそらしたまま挨拶をする」、「声を出さず、ペコリと会釈（あたまを下げる）だけにする」。

相手からの反応を待ってから挨拶する、あるいは目を合わさない挨拶は、どこか形式的で味気なく感じてしまいます。なぜ私たちは、目と目を合わせて自分から挨拶を届けるべきなのでしょう。



2. 挨拶の本質は「あなたの存在を認めています」というサイン

挨拶とは、ただのルールやマナーではなく、本質的に「存在の承認」と「敬意の表明」です。「おはようございます」と声をかけることは、「私はあなたに危害を加えるつもりはありませんよ」という安全の証明であり、同時に「私はあなたの存在に気づき、大切に思っています」というメッセージになります。

逆に、挨拶をされても無視したり、目をそらしてスルーしたりすることは、相手の存在を「いないもの」として扱うことと同じになり、人間にとって想像以上に傷つく冷たい行為になってしまいます。

誰に対しても、しっかりと目を見て自分から声をかける。それだけで、お互いの間に安心感と信頼関係の土台が築かれていくのです。

3. 心の距離をグッと近づける「二言（にげん）挨拶」の魔法

「挨拶はしているけれど、そのあとの沈黙が気まずい」「どうやって会話を広げたらいいかわからない」と悩んでいる人はいませんか？そんな人におすすめしたいのが、「二言挨拶」です。

これは、かつて駒澤大学野球部の太田誠監督が、後に「絶好調男」として愛された中畑清さん（元横浜DeNAベイスターズ監督）の挨拶の仕方を見て名付けたものです。中畑さんは、誰に対しても「こんにちは」だけで終わらせず、必ずその後に「きょうもいい天気ですね」「いつも元気ですね」と、もう一言を付け加えていたそうです。

二言挨拶を実践するステップはとても簡単です。

【挨拶＋一言】

- 「おはよう！今日はちょっと寒いね。」
- 「おはよう！そのバッグかっこいいね。」
- 「おはよう！昨日のテレビ見た？」

決まりきった挨拶（一言）の後に、ちょっとした気づきや軽い質問（もう一言）を添えるだけで、心の扉が開き、会話が自然に弾むようになります。



4. 「人と話すのが苦手……」というあなたへ

自分は内向的な性格だから、「明るく元気に挨拶をするのはハードルが高い」と感じる人もいるかもしれませんが、しかし、内向的であることは決して短所ではありません。無理に“外向的な明るいキャラクター”を演じる必要はないのです。そんな人は、ぜひ次の2つの小さなことを意識してみてください。

①「笑顔」を意識する

言葉でうまく表現できなくても、挨拶をするときに「笑顔」を少しプラスするだけで、それは相手への「温かい受け入れ（柔らかな好意）」の表現になります。

②「聞き上手（相づち）」になる

自分からたくさん話そうとするのではなく、相手の話を丁寧に聴く側に回りましょう。「そうなんだ！（話を促す）」「それは大変だったね（共感）」と、相手の気持ちに寄り添った相づちを打つだけで、相手は安心してあなたと話すことができます。

5. 一度試してみませんか？

明日、学校に来たら、周りの友達や先生に「おはよう！」の挨拶と一緒に、「今朝のニュース」や「今週のプチ目標」などの“もう一言”を付け加えて声をかけてみましょう。あなたのその一歩が、誰かの一日を明るく照らすきっかけになります。

「当たり前」の、その先へ！

相手を大切にすることを「目線」と「笑顔」に込めて、
東中に温かい言葉のシャワーを溢れさせましょう！

