

暑い日が続いています。今週も体調には十分気をつけて過ごしましょう。

さて、「言霊（ことだま）」という言葉があります。聞いたことはありますか。この意味は、
「言葉に宿る不思議な力。発した言葉どおり結果を表す力」
です。

言葉には、プラス言葉とマイナス言葉があるといわれています。

「プラス言葉」とは、人をほめる言葉、感謝する言葉、明るくなる言葉、優しい言葉などです。逆に「マイナス言葉」とは、やる気がなくなる言葉、暗くなる言葉、悪口などです。「バカ」、「きもい」、「うぜー」などの言葉がそうです。

人間の体は、プラス言葉を発すると体や脳が「幸せホルモン」という物質が出て、やる気や勇気や元気が出るそうです。逆にマイナス言葉を言うと、体に良くない物質が出て、気分が落ち込んだり、嫌になったりするそうです。

今まで話してきたことを考えると、プラス言葉を多く発していくことが一日の生活をとても良いものにします。

私は、皆さんの生活がよりよくなるために「プラス言葉」というものを調べましたので伝えますね。一番は感謝の気持ちを表す「ありがとう」です。また、相手のことを思いやる「だいじょうぶ」、「優しいね」、「すごいね」、「がんばろう」などあります。ぜひいろいろな場面で使ってみてください。

初めに伝えたように言葉には不思議な力が宿ると言います。

プラス言葉が多く聞こえるが夏の雲小学校であることを願っています。