

心のほけんだより No.4

2025年7月2日 天王寺川中学校 保健室発行

日々の10分間の掃除時間をどのように過ごしていますか？

「めんどくさいなあ」「とりあえず雑巾で拭いておこうか・・・」

1日の約半分の時間を過ごす学校です。清潔感のある環境で過ごしたいですね。

そのためには、一人一人が掃除時間を精一杯掃除することが大切です。

掃除をするとこんなにいいことがあるよ

*病気になりにくい

空気中にはカビ、花粉、ウイルスなど目に見えない汚れがあります。放っておくと体に入り病気になることがあります。掃除をして清潔な環境にいる方が病気を予防できます。

*気持ちいい！！

ほこりや髪の毛などの汚れは、長時間放っておくとベタベタしてきます。さらに放っておくと、嫌なおいがしてくることもあります。

トイレでは、便座の裏や床が汚れていると・・・嫌ですね。

きれいな環境で過ごすと、気持ちいいし、ストレスもたまりにくいです。



他にもこのような力もつきます！

*気づく力

「こんなところが汚れてる！」

せっけんのポンプの底など、どこに汚れがあるか、だんだん気づけるようになります。

→掃除だけではなく、人の気持ちや自分のやるべきことにも気づく力が育まれます。

*考える力

机を全部後ろに下げてほうきで掃く→モップや雑巾で拭く・・・
など、掃除は手順や方法を考え工夫します。

→考えること、工夫することは生き方を豊かにします。

*助け合う力

みんなで協力して、役割分担することで早くきれいになります。



パナソニックの創設者、松下幸之助さんが、

「掃除を完全にすることは、一大事業である」

「掃除ひとつでできないような人間だったら、何もできない」

という言葉を残しています。

掃除は、家や教室をきれいにするだけではなく、人間力を高めてくれる（自分を成長させてくれる）活動です。たかが10分、されど10分。毎日の掃除をしっかりとしましょう。