

さて、ここで問題です。これはなんでしょう？

人間の頭の中にある「脳」です。脳は勉強することに使われるだけでなく、みなさんが生きていくためのすべてを命令している大事な場所です。この脳は、大きく 3 つの部分に分かれているといいます。

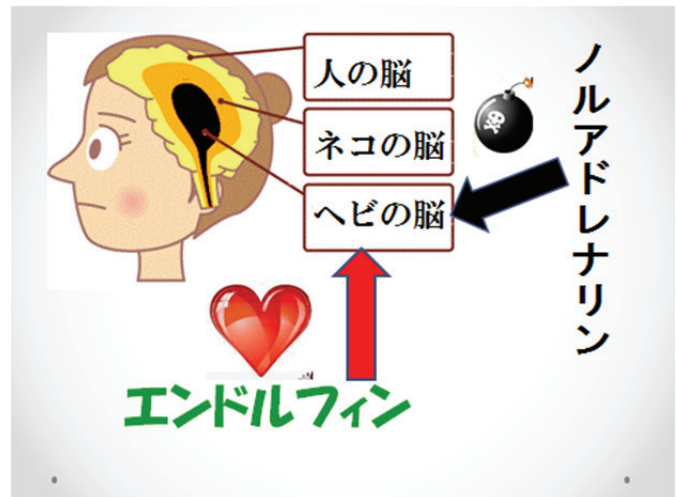


1 つめは、脳の一番真ん中にある「ヘビの脳」。ここは、ものを食べたり、息を吸ったり吐いたり、おしっこをしたり、眠ったりするのに使われ、生きていくためになくてはならない部分です。ヘビやトカゲなどには、この脳しかないので、「ヘビの脳」と呼ばれています。

2 つめは、「ネコの脳」。「ヘビの脳」のまわりにあつて、気持ちや心をコントロールします。ここが働かないと泣いたり、笑ったり、怒ったり、喜んだりすることができません。この部分は、ヘビやトカゲにはありません。犬や猫や牛までが持っている脳なので、「ネ

コの脳」と呼ばれています。

3 つめは、一番外側にある「ヒトの脳」。ものを考えたり、覚えたり、言葉を話したり、勉強したりするのに使われます。この部分は、人間だけしか持っていないので、「ヒトの脳」と呼ばれています。



なぜ脳の話をするかというと、人は、悪口を言われたり、いじめや差別をされたりすると、脳が弱ってしまうそうです。

では、この 3 つの脳のうち、どの脳が弱ってしまうのでしょうか。

① ヘビの脳 ②ネコの脳 ③人の脳

正解は、「ヘビの脳」です。ここは、生きる上でなくてはならない脳です。だから、悪口を言われたり、いじめや差別をされたりすると、眠れなくなったり、ご飯を食べたくななくなったり、最後は息をするのがつらくなったりして、生きる力がなくなっていくのです。いじめをしている人は軽い気持ちかもしれません。しかし、人は、悪口を言われたり、いじめられたりすると脳の中に「ノルアドレナリン」という毒ヘビの次に強い毒が出るそうです。脳を傷付け、病気になりやすくなるなどの悪い影響を与えるのです。生きるのに一番必要な脳が攻撃を受けるので、ネコの脳も、人の脳も元気がなくなります。

反対に、親切にされたり、やさしい言葉をかけられたりすると、今度は「エンドルフィン」というものが出て、病気を治し、元気で、健康な体にしてくれるのだそうです。

皆さんは友達にノルアドレナリンをあげる人になりたいですか？エンドルフィンをあげる人になりたいですか？そうですよね、校長先生も、エンドルフィンをあげられる人でい

たいなと思います。

いじめた人や悪口を言う人は、「ふざけていた」とか「いじめているつもりはなかった」と言います。自分がいじめをしていることに気が付かない場合すらあります。でも「いじめ」は、人の生きる力を弱め、時には命を奪います。

3学期、元気に頑張れたね。3学期も終わります。明日は卒業式。「これぞ、仁礼小学校の卒業式」にしたいです。多くの来賓や保護者の人たちが来ます。「素晴らしい卒業式だったね。さすが仁礼小学校」って言われれば、校長先生もうれしいし、みんなもうれしくなって、エンドルフィンが体の中にいっぱい出てくると思います。そのためには、静かな時はシーンと、礼をするときはしっかり、歌うときや呼びかけの時は大きな声で・・・頑張りましょう。皆さんなら、できます。期待しています。

