

## 「苦しみの上に希望がある」

サッカーできつい練習をしていたときに、チームメイトが、この苦しみを乗り越えられたらまた強くなれるぞという意をこめて贈ってくれた言葉です。この言葉を聞いたら、どんな練習もがんばれるようになりました。  
(中 2)

## 「いつも輝いていよう」

卒業式の日、先生が言った。「人は明るいところに集まるものだ。これからの人生、失敗があってもいつも前を向いて歩くん。いつも自分を磨いて歩き、人を照らすようにがんばろう。いつも輝いていよう。」いつもこの言葉は胸にあります。  
(保護者)

## 「顔 はろう！」

がんばりすぎてクタクタになっていたときに恩師からかけてもらった言葉です。「夢に向かっているんだ。だったら苦しそうな顔ではなく、周りを照らすような顔でいよう。顔晴れやかに顔はろう。」私の座右の銘です。  
(教員)

## 「それは子育て成功の証だよ」

下の子が産まれて、上の子が好きになれずに自分は最低な母親なのではないかと悩んでいたときに友達が言ってくれた一言です。たった一人でも味方してくれる人がいるとそれだけで心がスーっとしました。  
(保護者)

## 「子供たちにはそれぞれ輝く場所があり、無限の可能性をもっている」

高校時代から将来は教員になると決めていました。しかし採用試験には受からず、教員に向いていないのでは…と悩むこともありましたが、今このように生徒の前に立てているのは、この恩師の言葉の力があつたからです。  
(教員)

## 「遠回りなどない、あなたに必要なことしか起きない」

子育てに悩んでいた頃、サッカー部のコーチからの「人間にはそれぞれタイプがあり、輝く場所が違います。同じ物差しで比較せず、子供の無限の可能性を信じて褒めてあげてください。子供は驚きの成長を見せますよ。」との一言に気が楽になりました。  
(保護者)

## <特別寄稿> 「どうしたんだ、話してごらん」

小学4年生の頃、とても悩んでいることがあったとき、担任の先生が突然自宅を訪れてくれました。「どうしたんだ、話してごらん。」の一言で、涙ながらに心の内を伝えました。そうしたら、胸のつかえがとれて、学校に行くのが楽になりました。先生の行動と言葉で私は暗闇から解放された気分になりました。

## 「身を削り、人につくさん、すりこぎの、その味知れる人ぞ少し」

高校時代、部活の主将や体育祭実行委員長を務め、仲間をまとめることや自分の立ち位置が定まらず苦しむことが何度かありました。そのようなとき、いつも厳しくも励ましていただいた体育の先生が、私の卒業式の日に一枚の色紙をくださいました。その色紙には「身を削り、人につくさん、すりこぎの、その味知れる人ぞ少し」と書かれていました。私のことを見つめてくれていたんだと思い、自分の歩みに自信をもつことができました。すばらしい恩師に出会えた私は幸せ者です。  
小金井市長 西岡 真一郎

# ゆうき きぼう 勇気と希望がわいてくる

## まほう ことばしゅう 魔法の言葉集

### だい しゅう (第3集)

## 「あなたのむねにはボタンがあるよ」

お友達とけんかしたときやさみしい気持ちになったとき、お母さんがこっそり教えてくれた言葉です。ボタンを押して深呼吸すると気持ちが切りかわる魔法の言葉です。  
(小 1)

## 「生まれてきてくれてありがとう」

お母さんと、赤ちゃんが産まれるテレビを見ていて、赤ちゃんを産んでいるときがすごく大変そうでした。そのときを思い出してお母さんが言ってくれた言葉です。そのとき、お母さんのところに生まれてきてよかったと思いました。  
(小 2)

## 「くやし涙はうれし涙に必ず変わるよ」

私が、何もかも上手くいかないと悩んでいたときにこの言葉を教えてくれました。この言葉を聞いたとき、勇気がわいてきました。この言葉を自分の励みとしてこれからもがんばりたいです。  
(小 5)

## 「失敗をしても、それも進歩しているうちのこと」

ぼくがある失敗をしてしまったときのことです。そんなとき、母が「失敗をしても、それも進歩しているうちのこと」と言ってくれました。その言葉を聞いてから、僕はこの先、どんな失敗をしてもそこから学んでいこうと思いました。  
(中 1)





## 「心配しなくてだいじょうぶだよ」

ぼくは、そろばんの進級テストを受けました。結果は不合格でくやくして落ち込んでいました。泣いていたらお母さんがこの言葉をかけて助けてくれました。あせらないで練習して合格できました。(小1)

## 「考えているだけじゃ何も進まない。まずは行動」

ぼくが、悩んでいたときの事です。お母さんが「考えているだけじゃ何も進まない。まずは行動。」と言ってくれたので、その悩みは解決しました。(小3)

## 「みんな友達だよ」

学校が始まって最初のころ、何日たっても友達ができなくて元気が出なくて落ち込んでいます。母が「あなたと同じクラスの子はみんな友達だよ。」と言ってくれ、すごく嬉しかったです。(小3)

## 「毎日がんばってきたから自信をもって」

私はエレクトーンアンサンブルの大会に出ました。金賞を目指して毎日がんばっていたけど、なかなか音がそろわず落ち込んでいたら、友達がこの言葉を言ってくれました。おかげで金賞をとれました。(小3)

## 「あきらめないで、やってみようよ！」

私は、3年生のとき、算数が苦手です。全然手を挙げませんでした。ある日私は勇気を出して言ってみました。「先生、どうやったらできるんですか。」と。先生は教科書を指差して「がんばろう。あきらめないでやってみようよ。」と言ってくれました。(小4)

## 「ありのままでもいいんだよ」

私が、まだ学校になじめない頃に、色々相談にのってくれたのが家族でした。特に母がよく相談にのってくれていました。そのときの母のこの言葉にとっても勇気づけられました。(小4)

## 「人生は一度しかない」

水泳の大会に出ようかずっと迷っていたとき、父から「人生は一度しかない。大会に出られるのも一度しかないかもしれない。」と言われました。この言葉を聞いてから、ぼくは、何でも一度しかないと思い、挑戦し続けています。(小5)

## 「努力は必ずうらぎらない！」

私が塾での問題が難しいと悩んでいたときの事です。私の父と母が「努力は必ず裏切らないよ。がんばれば必ず将来いいことがあるよ。がんばって。」と言ってくれ、胸を打たれました。それ以来、自分のためにがんばっています。(小5)

## 「どんな天才でも努力しなきゃ花は咲かない」

祖母の家に行ったとき、勉強が難しくなかなかできずにいました。そんなとき、祖母が「どんな天才でも努力しなきゃ花は咲かないよ。」と励ましてくれました。これからはずっと努力を積み重ね、努力の花を咲かせようと思いました。(小5)

## 「今の自分の力を全て出せ」

ぼくが空手で強い相手と対戦したときの事です。ぼくが、いじしていたら、父が来て「今の自分の力を全て出せ。」と言われ、対戦したら勝てました。そのときから、空手をやるときはその言葉を思い出しています。(小5)

## 「たくさん間違ってもいいんです」

クラスの子が授業中に間違えた発言をしてしまい、みんなが笑ったときに、担任の先生が言ってくれた言葉です。この一言で、私は、間違えてもはかばかしいと思わなくていいんだと思いました。(小5)

## 「過去よりも未来の方がずっと大事」

ぼくが試合で負けたことを話したら、祖母が「過去よりも未来の方がずっと大事。」と言ってくれました。これからは辛いときがあっても辛いことを忘れて笑っていられたらいいなあと思いました。(小5)

## 「今していること全て人生に一度しかない！」

私が、いろいろなことを嫌だ、やりたくない、と言っていたとき、祖母に「今していること全て人生に一度しかないんだよ。大切にしなさい。」と言われました。その日から、いろいろなことに挑戦するようになりました。(中1)

## 「1日ひとつでもがんばれば、1年で365個がんばったことになる」

私が勉強や部活で疲れてしまって、勉強がおろそかになってしまったときに友達が言ってくれた言葉です。この言葉を聞き、ひとつでもがんばろうと思いました。勉強や部活は前より一層がんばれるようになりました。(中1)

## 「20年後にあなたの夢がかなっていますように」

私と友達の夢は似ていて部活も一緒でした。ある日の帰り道に夢の話をしていると「20年後までには2人の夢がかなっているようにがんばろうね。」と言ってくれました。これからは夢に向かってがんばります。(中1)