



# 君に届け

カラー版やバック  
ナンバーは「ホーム  
ページ」で検索

令和7年12月1日  
校長 菊川 靖浩  
熊本市西区小島8丁目 17-1  
TEL 329-2792  
FAX 329-2817

## <人のせいにしない> R6,PHP11月号より抜粋

今日はポジティブで有名な女性タレントのお話です。この方は、昔はすぐに人のせいにしていたといひます。この人はなぜポジティブになれたのでしょうか？誰のことか考えながら読んでみてください。

私は心の持ち方について手放して良かったものが二つあります。

一つは被害者意識です。私は四歳のときに大阪に引っ越してきたのですが、家族七人で四畳半に暮らすほど貧しかったのです。私が小学校三年生のときに両親はラーメン店を始めたんですが、お店が繁盛し始めたところで、火事で全焼。その後、私が十五歳のとき、母は病気で亡くなりました。そのころは、「どうして私ばかり、こんなに不幸な目にあわなくちゃいけないの」と思い、被害者意識の塊でした。被害者意識にとらわれていると、「私が不幸なのは誰々のせいだ」と考えてしまう。

ある日、教会の神父さまに「神さまなんていないでしょ」と文句を言ってしまいました。すると神父さまは「乗り越えられないと思う出来事が起きたときは、これまでと違う知恵と工夫で乗り越える。その先には絶対に幸せがあるし、その経験で得た新しい知恵と工夫は、困っている人に寄り添う力にもなる」とおっしゃいました。それを聞いて、私は誰かのせいにしてばかりで、成長の芽を自分自身で摘んでしまっていたことに気づいたんです。そして、「不幸の先には幸せと強さしかない」とも教えてもらい、予想外のことが起きたときも、この先にはどんなに大きな幸せが待っているのかと、ワクワクできるように切り替え、被害者意識を手放せるようになっていきました。

もう一つ手放したのは、「期待」です。私には今、若いマネージャーさんが二人ついてくれています。そこには感謝の気持ちしかないはずなのに、私も長く生きていくと自分でできることが増えてきて、相手にもつい「自分と同じようにやってほしい」と期待していました。すると、どうしても相手の「できないところ」ばかりに目が行って、イライラしてしまうのです。

でも考えてみれば、相手に対する期待は自分勝手なもの。100%期待通りにやってくれる人なんているはずがありません。そのことに気づいて、相手には期待ではなく「希望」を持ってお願いすることに決めました。「~してくれるはずだ」ではなく「~してもらえたらうれしいな」と、気持ちを切り替えたんです。「他人と過去は変えられないが、自分と未来は変えられる」。よく言われることですが、本当にそう思います。起きてしまったことを嘆いて、人のせいにしても何も変わらない。起きたことすべてを信頼し、感謝して、より楽しく過ごせるように自分で工夫すれば、毎日楽しく幸せな気持ちで過ごせるんですね。それでも、つい被害者意識を抱いてしまったり、相手に期待してしまったりもします。そんなとき、逆に手放さないようにしているのが、「感謝」です。感謝の気持ちはいつまでも心に持っておきたいですね。

誰も人のせいにしてしまうことがあります。でもこの人のようにポジティブに考えることができたら、素敵だと思いませんか？私も少しでも近づけるように頑張りたいと思います。

ところで、みなさん、誰のことか分かりましたか？正解は「黒には300色ある」と言ったあの女性ですよ。えっ分からないって？。ア～ン、ミカンでも食べてゆっくり考えてみてください。



## <連合音楽会>

11月21日(金)は熊本市市民会館で連合音楽会が開催され、本校からは3年生が参加をし「群青」を歌いました。歌い終わった後、鼻をすすられる方もいらっしゃるほど心に染みる歌声でした。ご指導いただいた3年部の先生方、ありがとうございました。

