



令和7年  
11月

# 学校だより

心ゆたかに かしこく たくましく  
～自律・感謝～

さいたま市立大砂土東小学校  
TEL 048(684)8003  
令和7年10月28日発行

## ちくちく ⇒ ふわふわ

校長 石川 顯一



▲ 本に没頭

天高く馬肥ゆる秋です。いよいよ過ごしやすい季節となりました。食欲の秋でもありますが、芸術の秋、読書の秋、スポーツの秋と、活動がしやすい季節となりました。皆さんはどんな秋にしますか。

さて、先日、近くのレストランに行きました。大好きなスペゲッティに期待を膨らませていた、その時です。「だから言ったじゃない。何してんのよ。もう。」と母親と思われる方が小学校低学年ぐらいの

子どもを強い口調で叱っていました。私は、その言葉に驚き、楽しみにしていたスペゲッティへの思いは遠のいてしまいました。

私が学級担任の頃は、子どもたちに「ふわふわ言葉」と「ちくちく言葉」からなる「ふわちく言葉」について指導したものです。

ふわふわ言葉とは、言われると気持ちがほっこりして温かくなる言葉のことです。例えば、「いつもありがとう」「いっしょにがんばろう」「さすが〇〇さん」などです。ふわふわ言葉は、言葉の受け手の気持ちを大切にします。どんな言葉で相手がうれしくなるか、状況がよくなるかを考えて発せられた言葉です。

一方、ちくちく言葉とは、言われると気持ちが荒々しくなり、心が傷つく言葉のことです。例えば、「うざい」「キモい」「ムカつく」などです。ちくちく言葉は、話し手の苛立ちや衝動的な感情が処理されることなく、そのままの形で発せられます。ちくちく言葉を浴びせられた受け手は心が傷つき、時には恨みをもつかかもしれません。

そして、ふわふわ言葉を使うと、受け手は安心した気持ちでいられるので、自分に対して同じようにふわふわ言葉で話しかけてくれます。ふわふわ言葉の多い環境は、自然とその場の雰囲気が良くなり、会話が弾みます。その中にいる人たちのコミュニケーションスキルが向上します。ふわふわ言葉を使う人は、人から好かれる傾向があります。

私たち教職員も含めすべての大人や子どもがこのことを意識し、自身に不快な感情が湧いてきた時に、感情任せにちくちく言葉を吐き出すことを控え、相手のことを考えたふわふわ言葉に換言したいものです。そうすればスペゲッティもおいしくいただけることでしょう。