



ゆうきときぼうがわいてくる

まほうのことばしゅう

魔法の言葉集

心に幸せを運んでくる

こころ

しあわ

はこ

I

魔法の言葉集

まほう

ことばしゅう



「さっしやいよー」

「あそびあいてがいないよー」

わたしが、あそびあいてがいなくて、こまっしているときに、友だちが「さっしやにあそぼうよ。」と声をかけてくれました。やさしい友だちがいてしあわせだなと思いました。今度は、わたしが、さそってあげたくなりました。(小2)

「お帰り」 かえ

わたしのおばあちゃんは、おふろあ
がりにえ顔で「お帰り。」と言って夕
オルで体をふいてくれます。いつも
うれしくて元気になりました。今、お
ばあちゃんは、お空にいるけれど「お
帰り。」のことが大すきで元気にな
ります。(小2)

「あなたがいるよ」

いしも幸せだよー！
しあわ

わたし
私は、パパと寝る前に「あなたが

いるよいつも幸せだよー！」と言われまし

た。また、ママと一緒にいるときも言わ

れました。そう言われると、心が温か

くなります。(小2)

「ひめねひめ」

ずっとママが弟おにいと一緒にいっしょねてい

たから、私わたしももっとママとねたいと

思おもっていました。ちやうどその時ときに

ママが一緒いっしょにねようと言いってくれま

した。うれしかったです。心こころに残のこっ

ています。(小2)

わたし
だいじょうぶ
「私がいるから大丈夫だよ」

この言葉を友達に言われたとき

は、友達が頼りになるなあとうれし

かったし、お母さんに言われたとき

は安心しました。私も友達に言って

あげたいし頼られる人になりたいと

思います。(小2)

う
「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だし
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
てよかったです。 (おも) (小2)

「わたしあなただを

みなら

見習いたい」

わたしともだち
私が友達からもらった手紙に、

「字がきれいだから、わたしあな

たを見習いたい。」と書いてありまし

た。それから字に自信がもてるよう

になり、その言葉は今でも心に深く

残っています。(小3)

「なむこへちやん」

「たの楽しくなる」

3年生ねんせいのころ、友達ともだちにやさしい言葉ことば
を全然ぜんぜん言えていなかったです。そのと
き、お母さんかあがこの言葉ことばを言いってくれ
ました。そして、みんなにやさしくす
ると、それが返かえってきて、毎日まいにちが楽たのし
くなりました。(小4)

「元げん気き・本ほん気き・根こん気き！」

3年生ねんせいのときのクラスの合言葉あいことばで

す。よく先生せんせいが、声こゑをかけてくれて、

とても心こころがあたたかくなりました。

この言葉ことばを思い出おもすと、いつも

「元げん気き・本ほん気き・根こん気き！」の自分じぶんになり

ました。(小5)

「幸せ、幸せー！」

しあわ

しあわ

家族全員がそろって食事できると
きや、私たち子どもものなにげない
成長を感じたときなどに言います。今
では、父の口ぐせになっています。私
も「幸せ、幸せー！」と聞くと幸せに
なります。これからも父の口からこの
言葉を聞きたいです。(小6)

「ほら、もう笑った」

わら

わだし がっこう しっぱい ともだち せ
私が学校で失敗し友達に責められ

とき
た時に、おもしろい話をしてくれた

となりの せき こ わら わだし み
隣の席の子が、笑っている私を見て

い ことば わだし ことば おも
言った言葉です。私はその言葉を思い

だ たび しぜん はげ
出す度に自然と励まされます。(小6)

「20年後にあなたの夢が

かなっていていますよね。」

わたしと同学们的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年後までには二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。これからも夢に向かってがんばります。(中1)

「『明るく、
楽しく、
前向きに！』」

えがお い
笑顔で生きる」

じんせい
人生において何度も壁にぶつかるだ

じゅう。辛いこともあるだろう。そんな時

こそ明るく楽しく笑顔で自分に勇気を

あた つかすすむ。結果はどうかであれ、そ

けいけん じぶん おお せいちよう おも
の経験が自分に大きな成長と思いで

をくれるはず。
(保護者)

「働いてらるお母さんは
はたら かあ

輝いてらるよ
かがや

仕事のため、学校行事に参加するの
が難しい私なのですが、息子に謝罪
する際に言われた言葉です。今ではこ
の言葉に誇りをもって日々働いてい
ます。疲労困憊のときは、この言葉が
私を奮い立たせてくれます。(保護者)

「あなたと出会えて であ

うれしかったです」

ねんがじょう たんにん せんせい ことば
年賀状の担任の先生からの言葉で

せいと だいじ おも ういひ ぎゅしゅくへん
す。生徒を大事に思う心が凝縮さ

おも
れていると思いました。これからも

「あなたに出会えてうれしかったです」。

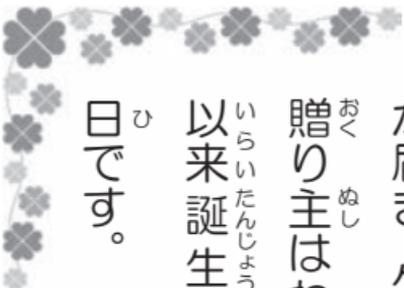
い
と言ってもらえる人に成長してほ

しいです。(保護者)

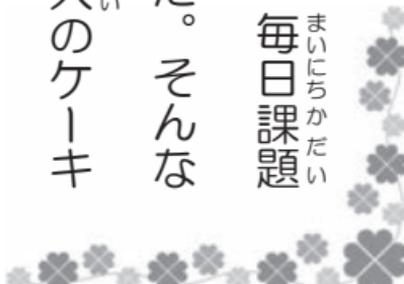
「Another Year closer
to your dream」

（「あなたが夢に近づく

1年でありますように」）



アメリカに留学した時、毎日課題
に追われ苦しんでいました。そんな
中迎えた誕生日。バット大のケーキ
が届き、ケーキに書かれていました。
贈り主はわかりません。でも、それ
以来誕生日は夢にもう一歩近づく
日です。（保護者）



「人は思い出をひるる」
ひと おも 出

「ためになまひるる」
い

なぜ生きているのか、誰も迷うこ
だれ まよ

とだと思ひます。父曰く、嬉しいこと
おも ちちいわ うれ

もつらいことも経験して色々なことに
けいけん いろいろう

感動し心を磨くためだということ
かんでう いたこ みが

す。どうせなら、いい思い出、たくさ
おも 出

んつくりたいですね。(保護者)
ほいしゅ

「いつも輝いてるみたい」

かがや

卒業式そつぎょうしきの日ひ、先生せんせいが言った。「人ひとは明あかるいところところに集あつまるものだ。
これからの人生じんせい、失敗しっぱいがあっても
いつも前まえを向むいて歩あるくんだ。いつ
も自分じぶんを磨みがいて歩あるき、人ひとを照てらす
ようにがんばろう。いつも輝かがやいて
いよう。「いつもこの言葉ことばは胸むねに
あります。(保護者ほごしや)

「他人の幸せを心から

たにん

しあわ

こころ

よろこ

ひと

喜べる人に」

人の不幸は蜜の味、誰でも一緒に
悲しむことはできるけれど、自分よ
りも良い点数、クジに当たる、幸せ
な人を見て、心から一緒に喜べる、
気持ちの広い人に。そのためにも、
自分に余裕がもてる生き方をしてい
かなくてははいけません。(保護者)

「どれだけたくさんのことを

したかではなく、どれだけ

こころ こと

心を入れたかです」

祖父そふが生前せいぜんずっと大切たいせつにしていた
言葉ことば。幼い頃おきな ころ、いろんなことを私わたしに教おし
えてくれた祖父そふ。教師きょうしになったのも、誰だれ
に対しても優しくやさ、誰だれからも好すかれる
祖父そふの影響えいきやう。祖父そふの言葉ことばを胸むねに、祖父そふ
のような優やさしさをもった教員きょういんになり
たい。(教員きょういん)

たにん かこ か
「他人と過去は変えられ

じぶん みらい
ないが、自分と未来は

か
変えられる」

しゅじん しんぶんきじ の ことば
主人が、新聞記事に載った言葉で

わたし はげ
私を励ましてくれました。年齢を

かさ はげ
重ねても、励ましてくれる人が近く

そんざい
に存在することは、ありがたいこと

です。
(教員) きょういん

「心の帆を」

「自分であげよう」

テレビで出てきた言葉で、自分も
そうありたいと思った言葉です。誰
にでも同じように吹く風にも帆の向
きによって行く先が変わります。ど
んな苦しい時もよりよい方に進める
よう自分で心の帆をあげられるよう
でいたい。
(教員)

「顔はろうじー！」

かお

頑張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。「夢に向かってるんだろ。
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
れやかに顔はろうじー。」私の座右の銘
です。(教員)

不安が自信に変わる

ふあん

じしん

か

II

魔法の言葉集

まほう

ことばしゅう



「さっぴいせ」

「おひえんごんごんごん」

わたしは、人まえひとに立つたのがにがて
です。じゅぎょうでもはっぴょうでき
ないときがありました。おかあさんに
はなすと、「大だいじょうぶ、いつでもお
うえんしているよ。」とこっくねま
した。つぎのじゅぎょうで、はっぴよ
うすることができました。(小1)

「あなたならどういへ」

「行って大丈夫」

わたしは家族の転勤による引越し

で、お別れがとても悲しくて泣いて

しまいました。その時に担任の先生

が言ってくれた言葉です。新しい

学校でもがんばるぞという気持ちに

なれました。(小1)

「あなたのむねには

ボタンがあるよ」

お友達ともだちとけんかしたときやさみし

気持ちきもちになったとき、お母さんかあがこ

っそり教おしえてくれた言葉ことばです。ボタン

を押しおして深呼吸しんこきゅうすると気持ちきもちが切りき

かわる魔法まほうの言葉ことばです。(小1)

心配しんぱいしなめて

「めいぶじょいだい」

ぼくは、そろばんの進級しんきゅうテストを

受うけました。結果けっかは不合格ふごうかくでくやし

くて落ち込おこんでいました。泣ないてい

たらお母かあさんがこの言葉ことばをかけて助たす

けてくれました。あせらないで練習れんしゅう

して合格ごうかくできました。(小1)

「あなたにできなさい」と

なに
は何もない」

プールのテストで落ちてしまった時とき

や、つらいことがあった時とき言われまし

た。次つきがんばろうという気き持ちになっ

て自分じぶんに自信じしんがもてます。(小2)

かんが
「考えているだけじゃ何も
なに

すす
進まない。まずは行動」
こうどう

ぼくが、悩んでいたときのことで

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」

ともだち

学校がっこうが始はじまって最さい初しよのころ、何なん日にち
たっても友とも達だちがでできなくて元げん気きが出
なくて落おちこちこんでいいると、母ははが「あ
なたと同おなじクこラらスすのこ子こははみみんんなな友とも達だち
だよ。」とい言いってくれ、すすぐく嬉うれしか
つたつたつたつです。(小3)

まいにち
「毎日がんばってきただから」

じしん
「自信をもって」

わたし
私はエレクトーンアンサンブルの
たいかい
大会に出ました。きんしょう
金賞を目指して
まいにち
毎日がんばっていたけど、なかなか音
おと
がそろわず落ち込んでいたら、ともだち
友達がおかけ
ことば
この言葉を言ってくれました。おかげ
きんしょう
で金賞をとれました。(小3)

「あなたそのままです」

「いいんだよね」

私が泣き虫だったころの話です。

少し友達に強く言われたりするとす

ぐ泣いてしまう自分が嫌で母に相談

したときに返ってきた言葉です。それ

以来、私はあまり泣かなくなり、自信

も身につきました。(小4)

いま いちびょう じんせい
「今の一秒は人生に

いちど
一度しかない！」

わたしが悩んでいたときのことです。

す。お父さんが「人生は一度しかない。」

今の一秒も一度しかない。毎日の一秒

一秒を大切にしろ。」と言ってくれま

した。そのときから今まで、一秒一秒

を笑顔ですごしています。(小4)

「あらのまもあで」

「いんぐだま」

私^{わたし}が、まだ学校^{がっこう}になじめていない

頃^{ころ}に、色々^{いろいろ}と相談^{そうたん}にのってくれたの

が家族^{かぞく}でした。特に母^{はは}がよく相談^{そうたん}に

のってくれていました。そのときの

母^{はは}のこの言葉^{ことば}にとても勇気^{ゆうき}づけられ

ました。(小4)

じんせいお
「人生起こる事、」
こと

いみ
すべてに意味がある」

ひっこ
引越しをして、仲が良かった友達
なかよ
ともだち

かな
とはなれてしまい、悲しんでいると

はは
き母が言いました。「人生起こる事、」
じんせいお
こと

いみ
すべてに意味がある。「この言葉を聞
ことば
き

わたし
き私は、将来何があっても次につな
しゅうらいなこ
つぎ

まえむ
がると前向きに考えていこうと思
かんが
おも

いました。(小5)

「それがあなたの魅力だよ」

みりよく

わたしは、他の人と比べてほくろが多

く悩んでいました。ある日その悩み

を友人に打ち明けたときに言っ

くれた一言でした。それから私は、

気にせず平気で過ごせるよう

になりました。(小5)

「へちへち涙は

なみだ

うれし涙に

なみだ

かなら

か

必ず変わるよ」

私わたしが、何もかも上手うまくいかないと

思おもっていたときにこの言葉ことばを教おしえて

くれました。この言葉ことばを聞きいたとき、

勇気ゆうきがわいてきました。この言葉ことばを

自分じぶんの励はげみとしてこれからもがんば

りたいです。(小5)

いま じぶん ちから
「今の自分の力を

すべてだ
全て出せ」

ぼくが空手からてで強い相手つよあいてと対戦たいせんした

ときのことです。ぼくが、いじいじ

していたら、父ちちが来て「今いまの自分じぶんの力ちから

を全てすべて出せ。」と言いわれ、対戦たいせんしたら

勝かてました。そのときから、空手からてを

やるときはその言葉ことばを思い出おもして

ます。(小5)

かこ
みらい
ほう
「過去よりも未来の方が

だいじ
「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。

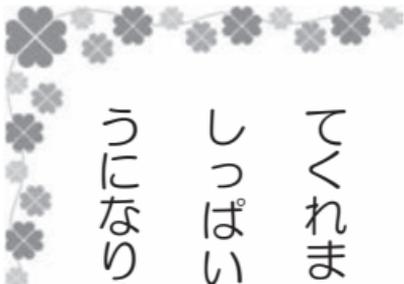
これからは辛いときがあっても辛い

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)

「しっばいから学ぶ」

まな



ハンドボールの練習でわたしが
しっばいした時、いつまでもしっば
いを引きずっているわたしに、「コー
チは「しっばいから学ぶ。」と言っ
てくれました。わたしはその一言で
しっばいをおそれず前に進めるよ
うになりました。(小5)



「失敗は成功のもと」

しっぱい

せいこう

僕ぼくが小ちいさかったころ、失しっぱい敗はは、絶ぜつ対たい
にだめだと思おもっていました。母ははは、僕ぼく
に「失しっぱい敗はをしても、それを分わかったう
えで学まなべばいい。」と言いってくれまし
た。そのときから失しっぱい敗はをおそれずに
こうと思おもうようになりました。(小6)

「いらいしてもそれをのりいえれば、

つぎ あたら みち ひら
次の新しい道が開くよ

ちち つこう ねんせい てんこう
父の都合により6年生で転校した

とき ことば ぶあん
時のことです。なじめるか不安だった

とき ともだち かい いっしゅう てがみ
時に友達から届いた一通の手紙にこ

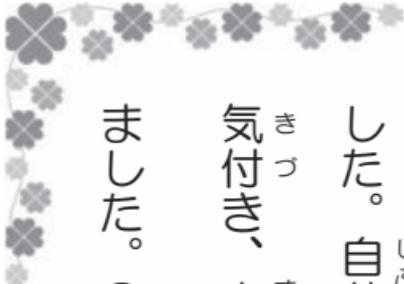
ことば
の言葉がありました。つらくても次を

めざ いっしゅうけんめい けつい
目指して一生懸命つくそうと決意し

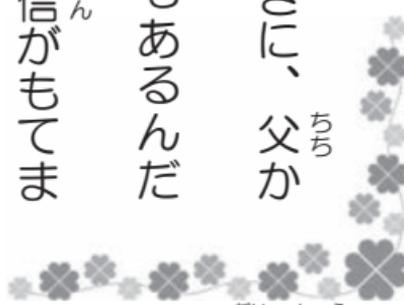
ました。(小6)

やさ
「優しさは、

つよ
強さでもあるんだよ」



ちよっと悩んでいたときに、父か
ら「優しさは、強さでもあるんだ
よ。」と言われて、少し自信がもてま
した。自分にも強いところがあると
気づき、少し前向きな気持ちになれ
ました。(中1)



「失敗しっばいをしても、それも進歩しんぽ」

「つごぬひちのいじゆ」

ぼくがある失敗しっばいをしてしまったと
きのことです。そんなとき、母ははが
「失敗しっばいをしても、それも進歩しんぽしてい
るうちのこと。」と言いってくれました
た。その言葉ことばを聞きいてから、僕ぼくはこ
の先さき、どんな失敗しっばいをしてもそこから
学まなんでいこうと思おもいました。(中1)

「いじめっ子こに負まけたら

あなたはいじめっ子こより弱よわい」

僕は小学校ほく しょうがっこうのときいじめられて
登校拒否とうこうきよひしてしまいました。けれ
ど、母ははからこのように言いわれまし
た。「いじめっ子こに負まけたらあなた
は彼らかれより弱よわい。」そしたら負まけた
くないと思おもって、学校がっこうに行いけるよう
になりました。(中2)

「将来しやうらいを考かんえるんじや

ななくて今いまを楽たのしめ「め」

将来しやうらい自分じぶんは…だだったらたらとか、家か族ぞくが
いいなくななったらたら私わたしははどうどうなるなるのだのだろ
ううとか考かんええすぎぎて不安ふあんにななり、泣ないて
いまいました。父ちちが私わたしの心こころの状じやう態たいに気き付づ
き、相そう談だんににののつつててくくれれまましした。そそののと
ききの言こと葉はです。ここの言こと葉はは、私わたしに希き望ぼう
ををももたたせせててくくれれまましした。(中ちゆう3)

「^{つら}辛い^{がんば}は頑張^{あかし}っている証」

親^{おや}と自分^{じぶん}がケンカをして落ちこんで

いました。そのことを友達^{ともだち}に話^{はな}したら、

「^{つら}辛い^{かん}と感^{かん}じているのは、頑張^{がんば}ってい

る証^{あかし}だよ。」と言^いってくれました。こ

の言葉^{ことば}で元^{げん}気^きになりました。(中3)

「寝れば浴るよ」

ね

なお

落ち込んでいる時に母に言われた

言葉です。買ったばかりのスマート

フォンに夢中で夜更かしが続いてい

ました。夜はよく眠ることを心がけ

たら毎日を穏やかに過ごせるように

なりました。(姉)

「溢れた分の愛情が

あふ

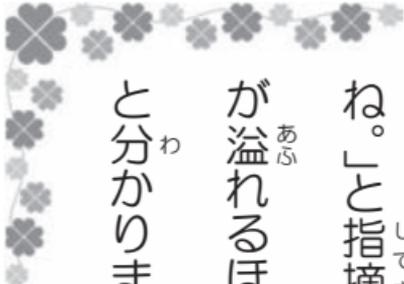
ぶん

あいじょう

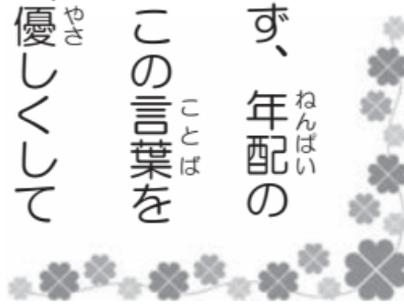
他への愛へ」

ほか

あい



子ども ともだち やさ
子供が友達に優しくできず、年配の
かた そうだん
方に相談しました。すると、この言葉を
ことば
いただきました。子供に「優しくして
ことば
ね。」と指摘ばかりするのではなく、私
わたくし
が溢れるほど愛情を注げばよいのだ
あふ
と分かりました。
あいじょう
(保護者)
ほごしや



じんせい むだ
「人生に無駄なことは

ひと
「いつもない」

はつきりと覚えていませんが、友達
に言われた言葉です。辛い事もきつと
何か得るものがある。私は、息子が
入院・手術をしたときに伝えました。
この言葉でみんなの優しさを知ることが
できましたし、前向きな気持ちにな
れました。(保護者)

「夜明けの前が一番暗い」

よあ

まえ

いちばんくら

高校受験の頃、試験勉強で苦しい
思いをしていたときに担任の先生か
ら聞いた言葉です。とても辛くて苦
しい思いをした、そのすぐ後に、く
じけずがんばれば明るい光が差し
てくることを知り、心が楽になりま
した。(保護者)

「しらあえはずやってみるのも

わる

悪いしやどではないよ」

かいしゃいん
会社員だった頃、今の自分がこのま

までいいのが迷っていたときがありま

した。「先が見えなくても、とりあえ

ず、まずやってみることも大切で、悪い

ことではないよ。」と、背中を押して

くれた友達からの一言です。(保護者)

たけ ふし
「竹は節があるから」

つよ
「強いんだ」

つら
辛いことや苦しいことを乗り越える

ふし
と節ができるそうです。「竹は節があ

ほそ
るから、細くてもあんなに強いんだ。」

ちち おし
と父に教えられました。いろんなこと

けいけん
を経験し、どんどん節を増やして、強く

たか
高く伸びましょう！（保護者）

「それは子育て

こそだ

せいこう

あかし

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が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

こども

かがや

場所があり、無限の可能性を

ばしょ

むげん

かのうせい

もっている」

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)

かあ ことども まも
「お母さんは子供を守る」

つよ
「ために強くなきゃ」

こそだ なや ころ せんばい
子育てに悩んでいた頃、先輩ママ
い ことば いま
に言われた言葉です。今までは、ト
はっげん ひか
ラブルにならないよう発言を控えて
やひ
いましたが、優しいだけじゃダメだ
き いらい ことども
と気がつきました。それ以来、子供を
まも とき きび ことば い
守るために時には厳しい言葉を言う
ほごしゃ
ようになりました。(保護者)

「谷」
たに

深ければ
ふか

山高し
やまたか

受験生の頃、両親・兄弟のほと
んどが入院中で、何もかも自分で
やるしかありませんでした。受験の
朝、祖父が遠くから自転車であつて
来て、その言葉をかけてくれまし
た。南国の戦地で何度も死線をくぐ
り抜けた人の言葉には重みがあり
ました。(保護者)

「顔を上げて歩きなさい」

かお

あ

ある

自信じしんがもてず下したばかり見みていた
中学生時代ちゅうがくせいじだい。「下したばかり見みて歩あるかず、
顔をかお上あげて歩あるきなさい。世界せかいが広ひろく感かん
じられますよ。」と廊下ろうかで声こえを掛かけて
くれた先生せんせい。確たしかに自じ分ぶんの世せ界かいが広ひろが
ったように感かんじます。今いまもその教おしえは
守まもっています。(教員きょういん)

「それでも俺は、
おれ

まえ

お前にトスをあげるよ」

高校のバレー部で、スパイクの不調に苦しみ、アタッカーを辞めたいと悩みました。セッターであった親友に思いを伝えたとき、この言葉をくれました。助言や励ましでなく、自分への信頼を語った言葉がその後の強い支えとなりました。（教員）

「や止まない雨はあめない」

初任者のころ学級経営で悩んでい

ました。この言葉でもう少しがんばっ

てみよう、最後までやり抜こうと思え

ました。出口が見えない、解決の糸口が

分からないとき、今できることをやる

うと一歩前に進める言葉です。(教員)

がんばる気持ちが変わってくる

きも

III

魔法の言葉集

まほう ことばしゅう



「わたしがいねば」

土曜日と日曜日どようび にちようびにりょう親しんがしごと
がある日ひは、おじいちゃんの家いえに行き
ます。そのときに弟あにいむが、わたしがい
ねばだいじょうぶいと言ってくれます。
それがわたしにとっての心こころにのこる
とっておきのことばです。(小2)

ちい

「ニヤニヤなら

」ニヤニヤ」

わたしは毎日辞書引き学習で20個ず

つの言葉を調べています。調べた言葉

に付箋をつけていて、今では3千枚

以上の付箋が貼ってあります。これが

私がコツコツとがんばった結果で

す。(小2)

「○○なら

かっぴんねえ」

バレエのレッスンで、つかれて足
がいたかった時、「○○ならもっつで
きるよ。」と先生に言われました。く
やくてもっつががんばろうと思いま
した。いつも、もっつできると思っ
てがんばっています。(小2)

「練習はうそをつかない」

れんしゅう

この言葉はバレーボールの監督から言われた言葉です。日頃からしっかりと練習していれば試合でも力を発揮できるという意味です。私はこの言葉を信じて練習に一生懸命取り組んでいます。(小4)

「前へ進め」

まえ

すす

勝つ自信のあった野球の試合にの

ぞんだが、だめだった。ショックだっ

た。姉に試合の結果を報告したら「前

へ進め。」と言われた。その試合をい

かして、これからは前へ進んでいこう

と思う。(小4)

「あきらめなごうじ、」

「—あきらめなごうじ、」

わたしは、3年生のとき、算数が
にがて ぜんぜんて
苦手で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)

こうかい

「後悔しないで

あきらめないうで」

なわとびをしていたとき、あやとびが30回とべませんでした。そのとき、祖父そふからこの言葉ことばを聞きましきた。私はわたし、いろいろなことをあきらめないということを大切たいせつにしていきいきたいと思おもいます。(小4)

「経験が自分を大きくする」

けいけん

じぶん

おお

音楽会おんがくかいのソロをやるうとして迷まよって
いた時ときに、母ははが「チャレンジすれば。」
と言いってくれたので、「なぜ？」と聞きい
たら、「できなくても練習れんしゅうした分ぶんその
経験けいけんが自分じぶんを大おおきくするからだよ。」
と言いってくれました。練習れんしゅうした結果けっか、
受うかることができました。(小5)

「人生は一度しかない」

じんせい

いちど

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

どりよく

かなら

がんばらないうー！」

わたくし じゆく 私 もんたい が塾 むずか での問題 なや が難 むずか しいと悩 なや ん

でいた わたし ときの ちち ことです。私 はは の父 はは と母 はは

が「努力 どりよく は必ず かなら 裏切 うらぎ らないよ。がんば

れば必ず かなら 将来 しゆき いい こと があるよ。

がんばって。」と い 言 い ってくれ、胸 むね を打 う

たれました。それ いじ 以来 いじ、自 じ 分 ぶん のため

に い がんば い っています。(小 こ 5)

「どんな天才でも努力

てんさい

どりよく

しなきや花は咲かない」

はな さ

祖母そぼの家いえに行ったとき、勉強べんきようが難むずか
しくなかなかできずにいました。そ
んなとき、祖母そぼが「どんな天才てんさいでも
努力どりよくしなきや花はなは咲さかないよ。」と励はげ
ましてくれました。これからもずつ
と努力どりよくを積み重ね、努力どりよくの花はなを咲さか
せようと思おもいました。(小5)

いま
「今してこそ人生に全うして」
すべ

じんせい いちど
人生に一度しかない！

私わたしが、いろいろなことを嫌いやだ、やりたくない、と言いっていたとき、祖母そぼに「今いましていること全すべて人生じんせいに一度いちどしかないんだよ。大切たいせつにしろさい。」と言いわれました。その日ひから、いろいろなことちやうせんに挑戦するようになりました。(中一)

「1日^{いち}ひとつでもがんばれば、

1年^{ねん}で365個^こがんばった

1つ^{ひとつ}になる」

わたし べんきよう ぶかつ つか
私が勉強や部活で疲れてしまっ
て、勉強^{べんきよう}がおろそかになってしまっ
たときに友達^{ともだち}が言ってくれた言葉^{ことば}で
す。この言葉^{ことば}を聞き^き、ひとつでもが
んばろうと思^{おも}いました。勉強^{べんきよう}や部活^{ぶかつ}
は前^{まえ}より一層^{いっそう}がんばれるようになり
ました。(中1)

きのう おな だめ
「昨日と同じじや駄目だ」

部活で先生が最後に話すとき、
「強い人は日々進化しているから、
毎日同じレベルで満足していると
差は広がっていく。」と聞いて、
それからは「昨日の自分から少しで
も成長したか。」を意識してやっ
ています。(中1)

「くる苦しみうえの上うえに

きぼう

希望がある

サッカーできつい練習れんしゅうをしていた
ときに、チームメイトが、この苦くるし
みのを乗り越えられたらまた強つよくなれ
るぞという意味いみをこめて贈おくってくれ
た言葉ことばです。この言葉ことばを聞きいたら、
どんな練習れんしゅうもがんばれるようになり
ました。(中2)

「夢は逃げない

ゆめ

に

に
逃げているのは自分だ」

じぶん

塾じゆの受験生くわんせんせいへの先生せんせいからのメッ

セージみみたいなコーナーにこの

言葉ことばが書いていました。私わたしはこれ

を見たみとき、ハッと心こころにひびき感かん

しました。確たしかにそうだなと。それ

から私わたしはその言葉ことばを胸むねに秘ひめて

頑張がんばろうと思おもいました。(中2)

まんぞく しんか と
「満足したら進化は止まる」

市の大会で優勝して都大会に出ることになり、みんな調子にのって
いたとき、コーチが言った言葉。こ
の言葉で都大会ベスト16までいけ
た。コーチにありがとうと言いた
い。(中2)

「平凡なる非凡」

へいほん

ひほん

勉強へんきようで行きづまっているとき時に、

恩師おんしからかけられた言葉ことばです。この

言葉ことばは平凡へいほんなことを続けつづていけばい

つかすいごいみことができるいという意味

です。この言葉ことばで僕は受験けんけんという壁かべを

こえたいです。(中3)

がんば
じこまんぞく
「頑張った」は自己満足

塾じゆくで大事なテストだいじがあったとき
に、一週間前いっしゅうかんまえからとても勉強べんきやうをして
そのテストのそに臨のぞみました。が、結果けっかは
良くよも悪わるくもなく、個人こじん的に不満足ふまんで
した。あんなに頑張がんばったのにおも
ているときに先生せんせいに言いわれ、もっと
頑張がんばろうと思おもいました。(中3)

「苦ししい思いを

くる

おも

つらいので成長してほしいね」

せいちよう

塾の宿題をやらなかったとき、

先生に「楽をしてもいいけど、なん

となく成長するだけで苦ししい思い

をしなきゃ、自分の満足する成長は

できないぞ。」と言われた。(中3)

「くやしかったら頑張れ、」

がんば

な

はじ

泣いていても始まらないぞ」

泣けばそれで許されるということ

だと前進はできない。くやしい折に

この言葉を思い浮かべます。前を向

いて行動することの出来たきっかけ

になった言葉です。何事にも積極的

に考えられるようになってほしい

ものです。(保護者)

れんしゅう

「練習しなければ

うま

上手くならないうぞ」

ちゅうがく ねん ちゅう1年のときに野球部の先輩が
言った言葉です。「自分は下手だな。」
とおも はじ
と思い始めていたときだったので、
きもちをい
気持ちを入れかえることができました
た。じょうず せんぱい
た。上手な先輩はみんな、練習を積み
かさ どりよく
重ねて努力したからこそ、今の姿があ
ると気づきました。(教員)

とおまわ

「遠回りなどない、あなたに

ひつよう

お

必要なことしか起きない」

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。
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)

叱しかられて強つよくなる

IV

魔法の言葉集

まほう　ことばしゅう



じぶん

「自分でできるじゃないか、」

「おとづらさなれど」

朝あさのしたくやいろいろなじゅん

びき、おかあさんにたよってばかり

だったけれど、この言葉ことばを言いわれ

て、今いまでは自分じぶんでできることは自分じぶん

でがんばってやるようになりまし

た。(小2)

「あとでよおばけは

で
出たことな〜！」

祖母そぼが小学校しょうがっこうのとき、父ちちから
「早く勉強べんきょうしなな〜。」と言いわれた
ので、「あとでやる。」と言いったら、
「あとでとおばけは出でたことな
い！やるべ〜きことばすべ〜やらな
い。」と言いわれたそうです。わたし
はめ〜んべ〜ろ〜じよ〜か、お〜やる
ようにしたいです。(小3)

「だくさん間違っ て

まちが

いいんです」

クラスの子が授業中に間違っ
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

てもはずかしいと思わな
くていいん

だと思
いました。(小5)

「しっからと」

じぶん

「自分をもちなさい」

人の真似ばかりしていた頃、「世界には色々な人がいるけれど、その色々な人とあなたはちがうんだよ。同じ人なんて誰一人いない。だからしっからと自分をもちなさい。」と母に言われ、心に留まりました。今は、自分なりにできることをしています。(小6)

な
泣いている時間がムダ！

じかん

な
泣く時間があれば努力しろ

じつりょく

わたくし
私が、塾の勉強がわからないと
泣いていたときに父に言われた
言葉です。言われたときは腹がた
ましましたが、冷静になったとき気がつ
きました。泣く時間があれば調べた
り聞くことができます。努力してか
ら泣いても遅くないと気づいた
言葉です。(小6)

じぶん
「自分でやろうと思わない」と
おも

なに
何もできないうんだよ
よ

わたし
私が宿題をやりわすれたとき、

かあ
お母さんに、「何か言っ
なに
てよ。」と言
い

かあ
ったらお母さんが言
い
った言葉です。
ことば

ことば
この言葉で私は、これからは自分
じぶん

じぶん
でやろうと心がけようという気
き

になりました。(小6)

「ごうとじろが

な
ひと

無い人なんていないよ」

わたし ともだち ひと もんく
私が友達に人の文句をずっと言

っている。「ちよつとひどいよ。い

いところが何も無い人なんていな

いんだよ。」としかられた。それか

ら私は、自分にも誰にでもよいと

ころがあることをよく考えて、人

と接するよじつじつしている。(中一)

努力をしない子に育てた

つもりはありません

母が私にかけてくれた言葉で

す。「努力をしない子に育てたつ

もりはありません。私の子なら

できるから。「この言葉に背中を

押されて、がんばろう、と積極的

に物事に取り組めるようになり

ました。(中1)

「そんなんじや

だれ
誰もついでにならぬ」

母に反抗的な態度をとっていたと
きに、「そんな部長には誰もついてこ
ないよ。もう少し考え直しな。」と冷
たく言われて、心に重くのしかかり
ました。そのおかげで考え直し、み
んながきちんとついてきてくれ、い
い部活になりました。(中3)

「自分の限界を」

じぶん

げんかい

じぶん

き

自分で決めるな」

自分は理科が苦手で、塾の理科のテストで低い点数をとったときに、塾の先生に「これ以上やれる気がしません。」と話したら、「自分の限界を自分で決めるな。」と言われる。「自分はまだがんばれる。」とやる気が出てきた。(中3)

「逃にげるための

理り由ゆうなんて探さがすな」

塾じゅくの合宿がっしゅくで私わたしが泊とまったホテ
ルの責任者せきにんしゃの先生せんせいが言いっていた
言葉ことばです。なにかと理由りゆうをつけて、
やるべきことから逃にげている私わたしに
はとても響ひびきました。私わたしはこの
言葉ことばを胸むねに、日々頑張ひびがんばっていいこうと
思おもいます。(中3)

もんくい
「文句言うだけじゃ

なに か
何も変わらないうめ

いぜん なっとく
以前、納得できないことに対する

もんく
文句を言っていたとき、友達に

もんく
「文句を言うだけじゃ何も変わら

ないよ。行動してみなよ。」と言わ

れました。少し冷たいけど、行動す

ゆうき
る勇気をくれた友達に感謝の気持

ちでいっぱいです。(中3)

「どうかならなまやいらけない

なり、ならなまやいらけない

たの 楽しむ
楽しんでやった方がいいよね

得意ではない仕事を任せられて不満

を口にしたとき、友人に言われました。

気持ちを切り替えて取り組んだら苦手

なことも思っていたより楽しくできる

ことに気づき、何でもやってみようと

思えるようになりました。(保護者)

こうかい

後悔はするな、

はんせい

反省しろ!!

ちゅうがっこう
中学校の部活の顧問の先生が

しあいに
試合後にいつも言っていた言葉です。

きょう
今日の試合を反省し明日からの

れんしゅう
練習にいかせ、後悔しても何も生まれ

ない。「この言葉のおかげで辛い練習

も頑張ることができました。(保護者)

「ちゃんと謝って!!」

あやま

むすめ まえ ふうふ
娘の前で夫婦ゲンカをしてしまっ

たとき、
むすめ かあ わる
娘が「お母さんが悪いよ!

ちゃんと謝って!!
あやま いっしょ あやま
一緒に謝ってあ

げるから。」と叱しかってくれました。こ

ことば
言葉のおかげで私わたしは素直すなおに謝あやまり

ました。娘むすめよ、ありがとう。そして、

ケンカしてごめんね。(保護者ほごしや)

こがねいしきょういんかい
小金井市教育委員会では、市立小・中学校の児童・生徒、家族、教職員から「勇気と希望がわいてくる魔法の言葉」を募集し、第1集から第3集まで発行しました。

こんかい あら ことば ほしゅう
今回、新たに言葉を募集し、これまでに寄せられた感動的な言葉とエピソードの数は全部で521となりました。この度、その中から100の言葉を選んで一冊にまとめました。

この「勇気と希望がわいてくる魔法の言葉集」が、子供たちの心に大きな勇気と希望をわきたたせる力となり、ご家庭や学校に温かい言葉があふれる一助となることを願っています。

へいせいさんじゅうねん さんがつ
平成三十年 三月

こがねいしきょういんかい
小金井市教育委員会



KOGANEI CITY
60th ANNIVERSARY

小金井市教育委員会

古紙を配合しています