

さい せい ふ みん うん どう
「こころの再生」府民運動

しょうがっ こう ねん
小学校 1・2 年

たい せつ み なお
「大切なこころ」を見つめ直して



大阪府教育委員会

「こころの再生」府民運動とは

むかしもいま、これからも、大切にしなければならぬ5つのこころ

いのち
生命を大切にする

おも
思いやる

かんしゃ
感謝する

どりよく
努力する

ルールやマナーを守る

いちど み なが
を今一度見つめ直し、

あいさつをする

ひとり ひとり ちか ぐ おこな
など一人ひとりが身近なとり組みを行うことをよびかける運動です。



子どもたちへ（大阪「こころの再生」宣言より）

きみたち一人ひとりが、多くの生命のなか、「ただひとり」の「生かされている」そんなことであることに気づいてほしいのです。そして、今一度、生命の大切さ、人としてのそんげんの大切さをかくにんしましょう。

よりよく生きるため、自分が一番大切にしたいこと。「一生けんめい努力する」「思いやりの心をもつ」「自分にせきにんをもつ」「かんしゃの気持ちわすれない」。ひとつでもいいのです。「こころ」のよりどころをたしかなものとするため、自分の『「こころ」のルール』をもちましょう。きめるのは、きみたち自身です。

自分のゆめやきぼう、目標にむかって、全力でとり組みましょう。「自分の本気」が、自分の未来をひらくのです。大人は、きみたちをおうえんします。

やってみなはれ。

このしりょうは、「こころの再生」府民運動の『5つのこころ』や『あいさつを大切にする』ことをテーマに、みなさんが自分の「こころ」を見つめ直し、身近なことからはじめてみるきっかけになるようにとねがい作成しました。みなさんの「こころ」にとどくことをきたいしています。



もくじ

「こころの再生」府民運動とは

2

あの人からのメッセージ 上原浩治さん

4

あの人からのメッセージ 森脇健児さん

5

生命を大切に

6

とく とく とく

11

ワークシート

とく とく とく

12

思いやる

ぼく いらん

15

ワークシート

ぼく いらん

16

感謝する

ありがとうの わ

19

ワークシート

ありがとうの わ

20

努力する

なわとび

25

ワークシート

なわとび

ルールやマナーを守る

ちりがみ 一つ

26

ワークシート

ちりがみ 一つ

31

「あいさつ」をもっと大切にしよう

たすけと ぼつこじい

32

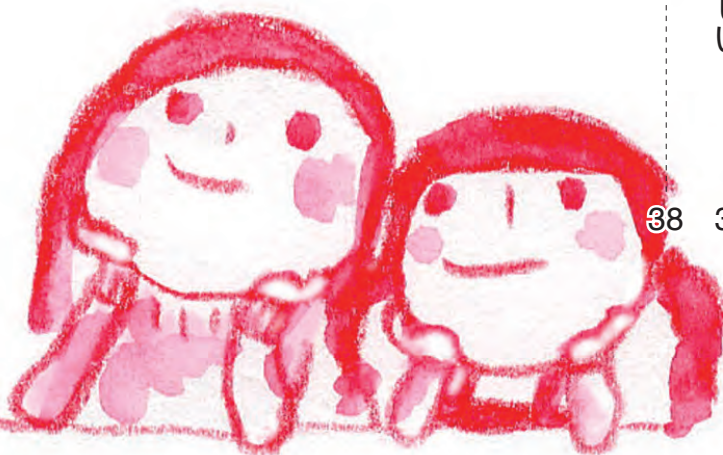
ワークシート

たすけと ぼつこじい

37

おおさかめいしよ、今、むかし

38



うえ はら こう じ
上原 浩治さん

ひと
あの人からの
メッセージ

みなさん、こんにちは。ポスト
ン・レッドソックスの上原浩治で
す。わたしは二十三才まで大阪に
すんでいました。小さいころから
野球が大すきで、小学生時代は地
元の野球チームに入っていました。
わたしは野球をやって、たくさ
んの友だちができました。友だち
と野球をしているときは、とても
楽しかったです。今も、プロ野球
選手として仲間たちと野球を楽し
んでいます。わたしは、野球をと
おして友情や人を思いやる気もち
の大切さを学びました。チームメ
イトのエラーでまけている試合の
時は、おちこむチームメイトのた
めに、これ以上点をとられないよ
うにピッチャーとしてがんばりま
した。スポーツにはそんな友だち

を思いやる場面や、まわりの人に
たすけられる場面がたくさんあり、
気もちを一つにするということの
大切さを学ぶことができると思い
ます。同じ空気をすい、同じよう
にどろまみれになっていっしょに
行動した友だちは、わたしのたか
ら物です。これからもこの仲間を
大切にし、さらにふやしていきたい
と思っています。
わたしは、みなさんに、野球に
かぎらずいろいろなスポーツにと
り組んだり、いろいろなあそびを
してほしいと思っています。そし
て、スポーツやあそびの面白さを
たくさんあじわってほしいと思っ
ています。いっぱいスポーツをし
て、いっぱいあそんで、たくさん
の友だちを作りましょう。

上原 浩治 (うえはら こうじ)

●1975年4月3日生まれ。大阪府出身。東海大仰星高校時代は外野手兼
控え投手。1年浪人して大阪体育大学に入学。1998年、ドラフト1位で読
売ジャイアンツに入団。新人1年目に20勝4敗の好成績を残し、最多勝、
最優秀防御率、最多奪三振、最高勝率の投手主要4部門を制し、新人王と
沢村賞を受賞。2008年の11月にFA宣言でメジャー挑戦を表明し、ボルテ
ィモア・オリオールズと契約。FAとなった2012年オフに、ボストン・レッドソ
ックスと契約し、2013年のワールドシリーズでは日本人初となる胴上げ
投手となる。



もり わき
森脇

けん じ
健児さん

あの人からの
メッセージ

こんにちは。タレントの森脇健児です。みんなは、お母さんのおなかの中から生まれてきたよね。みんなが生まれてきたことは、多くの人によろこびをあたえているんだよ。ぼくには二人の子どもがいるけど、かれらが生まれてきたことは、多くの人生の中で一番の感動だった。陸上競技やマラソンで多くの感動をいけんしたけど、父親として自分の子どもが生まれた時は、ほかにくらべられないぐらいの感動だったよ！みんなは、学校や地域でしっかりあいさつをしているかな？ いつも元気にまわりの人にあいさつしていると友だちもたくさんできると思う。あいさつをしなくておこられることはあっても、あいさつをしておこられたことは多くの人生の中で一度もない。芸能界では、あいさつはと

っても大事なことで、できない人はひとりもない。みんなも元気に大きな声であいさつしような！ぼくは自分が言われていやなことは、ぜったいに言わないようにしている。言われたらきずつくし、自分も気分がわるくなったりする。わるぐちを言えば自分にかえってくると思っている。だからわるぐちは言わない。ぎゃくに、いいことをしたとき、だれも見えてくれないかと思っていてもきつとまわりはわかっていて、いいことがやってくると思う。みんなはすきなこと、楽しいことはある？ なんでもいいからすきなこと、うちゅうになれるものを見つけてほしいな。つづけていたらきつとその先に楽しいことがあると思うよ。がんばって！

森脇 健児 (もりわき けんじ)

●1967年2月5日生まれ。大阪府枚方市出身。日本全国を飛び回り、テレビ・ラジオに幅広く活躍。最近では「森脇健児陸上競技部」を発足し、2008年には、北海道から沖縄までの約2700キロメートルを1年間で走破。また、海外のレースにも参加するなど、月間250キロメートル超のトレーニングと大会への参加等、タレント活動と並行してアスリートとしての活動にも力を入れている。2013年6月には京都で「森脇健児リレーマラソン」を初開催。453チーム、約3000人のランナーが参加し、大成功をおさめる。



1 とく とく とく

たあちゃんは わたしの おとうと。

たあちゃんは 生うまれたばかり。

わたしが ゆびを のばすと、

おまんじゅうみたいに

やわらかくて あったかい 手てで、

わたしの ゆびを にぎろうと する。



たあちゃんは、わたしの かおを じっと 見る。
おなが すぐと わんわん なく。
おっぱいを のんで すやすや ねむる。

ねむって いる たあちゃんの ほっぺに
ふれたら、
すごく あったかい。

耳^{みみ}を よせると

すうすうと いきの 音^{おと}が きこえる。



たあちゃんの おねに 耳^{みみ}を あてると、
とくとくとくと 音^{おと}が する。

おとうさんが

「おとうさんの おねに 耳を あてて ごらん。」
と わたしに いった。

わたしは、おとうさんの おねに 耳を あててみた。
どきんどきんと うごいて いる。

おとうさんの おねも
おかあさんの おねも

どきんどきんして いる。

おとうさんが いった。

「生まれてから 今日まで、

せかいじゅうの 人の おねが、

ずっと ずっと

どきんどきんして いるんだよ。」

たあちゃんの おねに 耳を あてて みた。

とくとくとくと 音が する。



わたしは 自分^{じぶん}の おねに 手^てを おいて みた。

なんだか きもちが ぽかぽかして きた。





うん うん うん

「とく とく とく」を^よ読んで^{かんが}考えたこと



いのち
たいせつ
生命を大切に
する

2 ぼく いろんな

けんちゃんと まさくん、それにぼく。

ぼくたち 三人^{さんにん}は なかよしだ。いつも いっしょに あそんで いる。

今日^{きょう}は、こうみんかんに あつまって、ちいきせいそうに 出^でかける日^ひ。

ちいきせいそうの 時^{とき}には、かかりの おじさんが

みんなに 一つ^{ひとつ}ずつ あめを くれる。

お家^{うち}が 遠^{とお}い まさくんより 先^{さき}に、ぼくと けんちゃんは、

こうみんかんに ついた。

こうみんかんには 子^こどもたちが どんどん あつまってくる。

こうみんかんの おじさんが、子^こどもたちに あめだまの



入^{はい}った かごを さしだして いる。

「ひとり 一つずつや。来^きて くれた おれいやで。」

わあっと みんなが、おじさんの ところに

あつまった。

ぼくと けんちゃんは あわてて おじさんの

ところに行^いって、かごの 中^{なか}を のぞきこんだ。

中には、赤^{あか}くておいしそうなあめだまが二^{ふた}つのこっていた。

ぼくは すぐに あめだまを 一つ とった。

口^{くち}に ほうりこむと、あまい あじが 口の中 いっぱいに ひろがった。

「おいしいで。けんちゃんも はよ食^たべ。」

ぼくが 言^いったら、

けんちゃんは のこり 一つの あめだまを 見^みたまま 言^いった。



「ぼく、いらん。」

「なんで。おいしいよ。」

「だって もうすぐ、まさくんが来るもん。」

ぼくは びっくりして けんちゃんを

見^みつめた。

こうみんかんの おじさんは、

けんちゃんの 手^てに あめだまを 一つ^{ひとつ} わたした。

「ぼく、えらいな。せやけど、だいじょうぶやで。」

あめだまは まだ たくさん あるんやから。」

けんちゃんは、うれしそうに わらって、あめだまを もらった。

ぼくは、「けんちゃん、かっこええなあ」と 思^{おも}った。





ぼく いらん

「ぼく いらん」を^よ読んで^{かんが}考えたこと

おも
思いやる



3 ありがとうのわ

きょう
今日は、

しょうがつこう
小学校の

えんそく
遠足の日。

ゆきさんは、

うきうき しながら

じゅんびを して います。



ねえ
お姉さんが、

ある
歩きやすい くつを

だ
出して くれました。

「ありがとう。」



ゆきさんは、

どうろを

歩いて います。

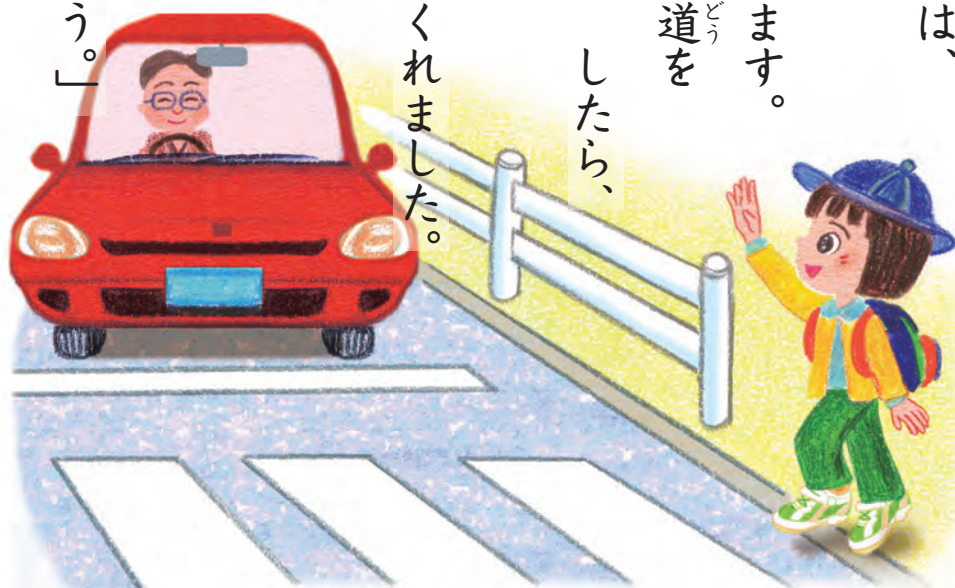
おうだん歩道^{ほどう}を

わたろうと したら、

車^{くるま}が

止^とまって くれました。

「ありがとう。」



公園^{こうえん}に

つきました。

ベンチに

すわろうと

したら、

友^{とも}だちの

しょうたくんが、

ゆきさんの

すわる ばしよを

つくって くれました。

「ありがとう。」



帰り道。^{かえ みち}

おもい リュックを

せおった 先生が、^{せんせい}

ふうふう いきを

しながら あるいて

います。

ゆきさんは、

先生の にもつを

後ろ^{うしろ}から

ささえました。



「ゆきちゃん、

ありがとう。」

ゆきさんは、

先生の 顔を^{かお} 見て^み

にっこり

わらいました。





ありがとうのわ

●「ありがとうのわ」を^よ読んで^{かんが}考えたこと

Handwriting practice area with five vertical dotted lines for writing.



感謝^{かんしゃ}する

4 なわとび

「つづけて 十回^{じっかい} とべるように なりましょう。」

体育^{たいいく}の 時間^{じかん}に 先生^{せんせい}が 言^いいました。

けんたは、「いやだなあ。」と 思^{おも}いました。

なぜなら、けんたは なわとびが にがてなのです。

なわを 回^{まわ}すのと、ジャンプするのが、どうしても いっしょに

できなくて、なんと 前^{まえ}とびを しても、足^{あし}に なわが ひっかかって

しまうのです。

けんたと なかよしの しょうくんも、じょうずに 前^{まえ}とびが できません。

そこで、けんたと しょうくんは、学^{がっこう}校^{がっこう}が おわった 後^{あと}に、

いっしょに なわとびの れんしゅうを することに しました。

「十回、とべるようになって、なろうね。」

「うん。じょうずに なわとびが
とべるようになってやろう。」

学校が おわった 後、

けんたと しょうくんは

家の ^{いえ} 近くの ^{ちか} 公園で、
^{こうえん}

とつくんを はじめました。

はじめは がんばって いた

けんたですが、うまく とべないので、

なわが ^{あしぐび} 足首に ^あ 当たって、足が

いたくなって きました。



けんたは、前^{まえ}とびの れんしゅうを つづけている しょうくんに、
小^{ちい}さな 声^{こえ}で 言^いいました。

「ねえ、しょうくん。もうすぐ、家^{うち}の シロの さんぽの 時^じ間^{かん}なんだ。

ぼく、帰^{かえ}らないと いけないんだけど……。」

本^{ほん}当^{とう}は、今^{きょう}日^{にち}の シロの さんぽ当^{とう}番^{ばん}は お姉^{ねえ}ちゃんで、

けんたでは ありませんでした。だけど、けんたは そう言^いって、
しょうくんの 顔^{かお}を 見^みました。

「ねえ。しょうくんは、まだ 帰^{かえ}らないの。」

しょうくんは、首^{くび}を よこに ふりました。

けんたは なんだか がっかり しました。

家^{いえ}に 帰^{かえ}ったけれど、けんたは なんだか そわそわ します。

ゲームをしても、テレビを見ても、
おもしろくありません。

しばらくすると、けんたは、

お母さんかあに 買いものかを

たのまれました。

新しいあたらしい サンドルを はいて、

けんたは、スーパーに おかいました。

その とちゅうに、公園こうえんの

前まえを 通とおると、しょうくんが、

まだ なわとびを して いました。

しょうくんは、たくさん あせを

かいて、くつが だるで



よこれて います。

けんたは おどろいて、立ちどまりました。

「しょうくん。ずっと れんしゅうして いたの。」

「うん。五回^{ごかい} とべるようになったよ。」

けんたは、しょうくんの よこれた くつを 見て、それから、

自分の 足もと^{あし}を 見ました。

「しょうくん。明日も^{あした} とつくんしよう。」

十回^{じっかい}、とべるようになろう。」

けんたは そう 言いました。

しょうくんの どろで よこれた くつが、

光^{ひか}って 見えました。





なわとび

「なわとび」を^よ読んで^{かんが}考えたこと

努力^{どりょく}する



5 ちりがみ 一つ

ゆきこは、お父^{とう}さんとお母^{かあ}さんと いっしょに、遠^{とお}くの 町^{まち}に 旅^{りょこう}行^{こう}に やって 来^きました。

「うわあ、きれいな 川^{かわ}。」

ゆきこは 大^{おお}はしゃぎです。ばしゃばしゃ みずべで あそんで いたら、 体^{からだ}が ひえて、はなみずが 出^でて きました。

「ほら、ゆきこ、はなを かみなさい。」

お母^おさんが ちりがみを くれました。ゆきこは はなを かみました。

はなを かんた ちりがみを 手^てに もって、ゆきこは あたりを

きよろきよろ 見^み回^{まわ}しました。ごみばこは 近^{ちか}くには 見^み当^{あた}たりません。

ゆきこは ちりがみを もったまま、こまって しまって かわべを

歩きまわりました。

すると、川から少しはなれた

草むらに、空きかんや

ビニールぶくろなどのごみが

おちて いるのに 気づきました。

近くには

「ごみはもち帰りましょう」

という かんばんが 立って

います。

ゆきこは 少し

まよったけれど、

もって いた ちりがみを、



その 草むらに ほうりました。

遠くで 見ていた お母さんが、ゆきこの
ところに やって 来ました。

みどり色の 草の上に、白い

ちりがみが のって いるのを

見て、お母さんが、ゆきこに

言いました。

「ゆきこ、よくないよ。」

ゆきこは ふまんそうな
顔になって 言いました。

「でも、ほかにも ごみが



すてて あるよ。」

「そうね。でも、

ゆきこも やって いいのかな。」

ゆきこは ほおを ふくらませます。

「だって——。」

お母さんは 少^{すこ}し こわい 顔を

して、ゆきこに 言いました。

「どうして いけないのか、よく 考^{かんが}えて

ごらん。」

ゆきこは 草むらに すてて ある 白い ちりがみを

見たまま 考えました。

——みんな やって いる ことなのに……。



その時^{とき}、ふと、ゆきこの 大^{だい}すきな 学^{がっこう}校^{こう}の 花^かだんが
思^{おも}いうかんだのです。

——そう言^いえば、きれいな マーガレットの お花^{はな}の 上^{うへ}に、ちりがみが
おちていた ことが あったつけ……。

しばらくして、ゆきこは 草^{くさ}の 上^{うへ}の ちりがみを、そっと ひろいました。
ちりがみの 近^{ちか}くに おちて いた 空^{あか}きかんも ひろいました。
すると、お母^{かあ}さんの 手^てが のびてきて、草むらに おちて いる
ビニールぶくろを ひろいました。

ゆきこは、お母^{かあ}さんの 顔^{かお}を 見^みました。

お母^{かあ}さんは ゆきこに、にこっと ほほえんで くれました。



ちりがみ 一つ

「ちりがみ 一つ」を^よ読んで^{かんが}考えたこと

ルールやマナーを^{まも}る



⑥ たすけと ぼっけい

むかし、むかしの ことです。ぞうりしょくにんの たすけは、むら村の
はずれの ちい小さな いえ家に、ひとりで くらして おりました。

たすけは、こしらえた ぞうりを い入れた ふろしきを せおって、まいあさ毎朝、
まち町まで う売りに で出かけます。

町に つづく みち道には、あおあおした だいこんだいこんのはたけや、やしろ小さな お社が
あって、たすけは くさ毎朝、草とりを して いる おばあさんに、「おはよう。」
おちぼを ついばんでいる すずめに、「おはよう。」

だいこんだいこん畑の かかしに むかって、「おはよう。」
みんなみんなに あいさつあいさつを しながら、町への みち道を ええっちら おっちら
あ歩くのでした。



小さな お社の 前まえには、毎朝、しらあたまが頭の じいさんが

ひなたぼっこを して います。たすけは、この じいさんにも、毎朝、

「やあ、ぼっこじい。おはよう。」

と、元げん気に あいさつを して いました。

「ああ、たすけか。いい 天てん気きじゃのう。おはようさん。」

ある日ひの こと。朝、目めを さますと、たすけの おなかなかが キリキリと
いたみはじめました。お水みづを のんでも、家いえに あった 薬草やくそうを
せんじて のんでも なおりません。

「うーむ。いたい、いたい、いたいぞう。」

たすけは ふとんの 上うへで うんうん うなるばかりで、いつもの ように
ぞうりを 売りに 町に 出かける ことが できませんでした。

「おおい、だれか。おいしやさまを よんでくれえ。」

たすけが 大きな 声を出しても、村はずれにある たすけの家には
だれも やって 来ません。たすけは こまって しまいました。

三日が たちました。たすけの おなかは まだ なおりません。

たすけは げっそりした 顔を して、おなかを おさえながら、言いました。
「これは まいったぞ。おなか が いたくて 外に 出られない。」

いったい わしは どうなって しまうんじゃ。
その時でした。

「おおい、たすけどん。おるかあ。」

友だちの ごいちどんが、たすけの 家に やって 来たのでした。
たすけは、なみだを ぽろぽろ こぼしながら よろこびました。



「たすかった、たすかった。よく来てくれた、ごいちどん。」

はらが いたくて たまらんのじゃ。」

ごいちどんが、しんぱいそうに 言いました。

「やや。そうだったのか。それは 来て よかった。」

ごいちどんが、すぐに おいしゃさまを よんで きて くれました。

おいしゃさまの くれた くすりを のむと、たすけの はらいたは、

ケロリと なおりました。

たすけは りょう手^てを 合わせ^あて、よろこびました。

「ありがたや、ありがたや。」

よく おれいを 言った 後^{あと}で、たすけは、ごいちどんに 聞^ききました。

「それにしても、ごいちどん。なぜ わしの 家に 来て くれたんじゃ。」

ごいちどんが 答^{こた}えました。



「それがのう。今朝、お社の前を通った時、ぼっこじいが

わしをよびとめてこう言ったんじゃ。

『ぞうり売りのたすけが、もう三日もわしに顔を見せん。

ごいちどんは、たすけと 同じ村に くらして おるのじゃろう？

たすけの様子を見に行つてくれんかのう。』

ほいで、こうして やつて 来たというわけじゃ。」

それを聞いて、たすけは、とてもうれしくなりました。

つぎの朝、たすけは ぞうりをついで、元気に 家を出ました。

遠くのお社の前で、いつものように ぼっこじいが

ひなたぼっこを して います。

たすけの足は、しぜんと 早く なるのでした。





たすけと ぼつこじつ

●「たすけと ぼつこじつ」を^よ読んで^{かんが}考えたこと

「あふり」をもっと^{たいせつ}大切にしよう



むかしのどうとんぼり

うた がわ ひろ しげ なに わ めい しょ す え どう
歌川広重「浪花名所図会・道とんぼりの図」

どうとんぼりは、今から 400年ほど 前に、安井道頓と いう 人が、
自然の 川に 手を くわえて 作りました。どうとんぼりが
できた おかげで、たくさんの ものを はこぶ ことが
できるように なり、大阪の 町は さかえました。

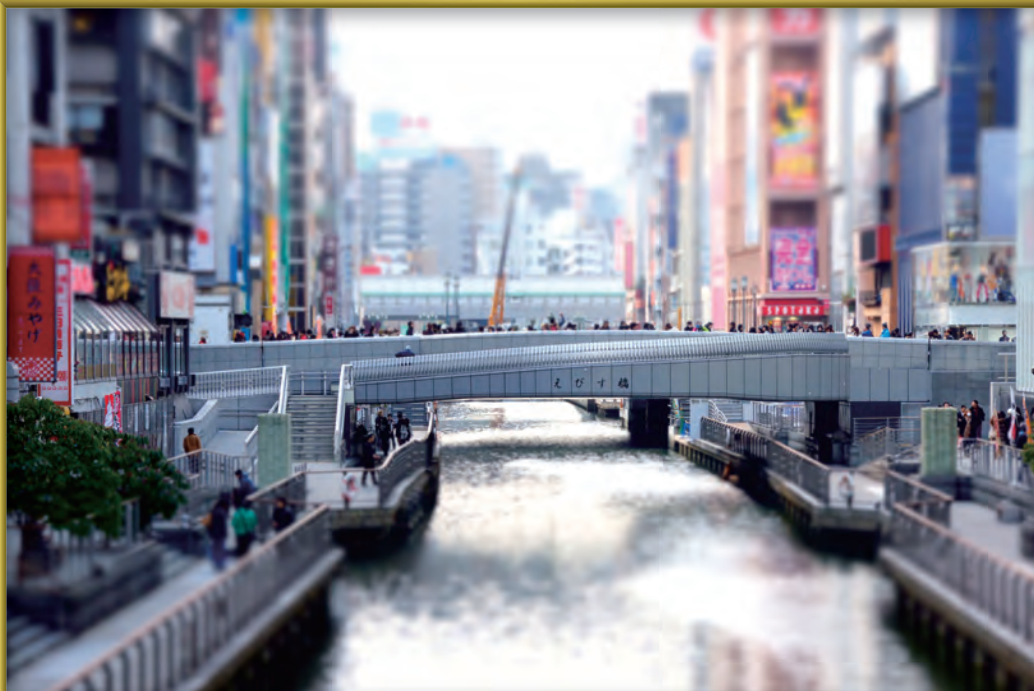


今のどうとんぼり

どうとんぼりは、今では、たくさんの ビルが ならび、
おおぜいの 人が 行きかう 場所になっ ています。



いま おおさかめいしょ、今、むかし



さいせい ふ みんうんどう
「こころの再生」府民運動
しょうがっこう ねん
小学校 1・2 年
たいせつ み なお
「大切なこころ」を見つめ直して

指導助言者 杉中 康平 四天王寺大学准教授

「こころの再生」府民運動の趣旨を盛り込んだ道徳教育資料作成
ワーキング会議（略称：資料作成ワーキング会議）メンバー

向井 正明	大阪府教育委員会主任指導主事
浅井 美佐	大阪府教育委員会主任指導主事
澤田 章	大阪府教育委員会指導主事
藤田 卓也	大阪府教育センター指導主事

発行：大阪府教育委員会

〒540-8570 大阪市中央区大手前 2 丁目

平成 27 年 3 月

イラスト ●EASTNINE / アフロ / イラスト A C / 井川ゆり子 /

ささきみお / さくらみゆき / たかぎまさゆき /

松沢ゆきこ

写 真 ●アールクリエイション / アフロ / 坂本照
