



にじいろ通信



ちから はなし なやむ力の話

とつぜん みな こた で じょうたい す かん
突然ですが皆さん、答えが出ない状態で過ごすことは、どう感じますか？
こた じょうたい なや じょうたい のう いや いちおう こた たら
答えのない状態、悩んだ状態は、脳が嫌がり、一応の答えを出そうとする働き
があります。そんな仕組みも手伝って、答えのない状態や悩んだ状態は多くの方が、
ふかい かん
不快に感じるかもしれません。

せいかい
正解はわからなくても、いえ がっこう しょくば ちいき せいかつ つづ
家・学校・職場・地域での“生活”は続きます。コロナ
ウイルスや自然災害はもちろん、ふだん く なか こそだ べんきょう しごと
普段の暮らしの中の子育て、勉強、仕事などのこ
とまで。たしょう ちが ちが みな むいしき じょうたい ひび す
多少の違いはあっても、皆さん無意識に、この状態で日々を過ごしています。

わたし ふだん いろいろ ひと はなし き
私も普段、色々な人から話を聴かせていただいています。せいかい わ
“正解”がすぐに分
からないことがたくさんあります。しょうじき
正直、私ももやもやします。もちろん、せいど
ルール、流行りやバズっているものの中で“正解っぽい”ものが見えることはありま
す。しかし、それがほんとう ひと こた
本当にその人の答えなのかどうかはわからないまま、どうすれば
すこ せいかつ よ いっしょ かんが
少しでも生活が良くなるのかを一緒に考えることがほとんどです。

いま こた で じょうたい
このような、「今、答えは出ない状態のまま、わからないものに、わからないなり
たいおう ちから
に対応する力」のことを“ネガティブケイパビリティ”と名付けた人がいます。「ネ
こころ ようりょう
ガティブなものを入れておける心の容量」をイメージするとわかりやすいかもしれ
ません。これは、あきら こと で かんが つづ
諦めることではなく、「答えは出なくても考え続けていく」こと
です。

なや まよ よ はなし まよ なや じたい じぶん ちから
悩み・迷うことが良い、という話ではなく、まい・悩むこと自体も自分の力、
ということ。なや かんが かんどう あほんとう ひつよう
悩み考える、ということは、センサーの感度が上がり、本当に必要
じょうほう やす にんげん こころ なか なまえ
な情報をキャッチし易くなります。人間は、心の中になんとなくあるものに、
がつくことで いしき でき しや せかい ひろ なまえ
意識することが出来るようになり、視野や世界が広がります。名前か
ら悪いもののようなイメージがあるかもしれませんが、“ネガティブケイパビリティ”
なや ちから いちどふ かけ じぶん ちから みなお
や“悩む力”、一度振り返ってみて、自分の力を見直してみてもいいでしょうか。



か ひと おおくほ なおや
書いた人：大久保 尚也

参考：ネガティブ・ケイパビリティ 答えの出ない事態に耐える力（朝日選書）帯木蓬生

がつ 10月

おも がっこうじゅんかいよてい
主な学校巡回予定

じょうだん こぜん げだん こご じかんたい ちょうせい
上段…午前 / 下段…午後（時間帯は調整いたします）
おおくほ あんざい がいしゅつ たしせつ かにほうもんとう
*…大久保 / ♪…安齋 ※外出…他施設、家庭訪問等

日	月	火	水	木	金	土
					1 *：外出 / 外出 ♪：外出 / 外出	2
3	4 *：外出 / 外出 ♪： / 外出	5 *：白沢中 / 白沢中 ♪：外出 / 外出	6 *：糠沢幼 / 外出 ♪：外出 / 外出	7 *：外出 / 外出 ♪：外出 / 外出	8 *：岩根小 / 岩根小 ♪： / 白岩小	9
10	11 *：外出 / 外出 ♪：外出 / 本宮小	12 *：外出 / 外出 ♪： / 外出	13 *：糠沢小 / 糠沢小 ♪：一中 / 一中	14 *：外出 / 外出 ♪：外出 / 外出	15 *：外出 / 外出 ♪：外出 / まゆみ小	16
17	18 *：外出 / 外出 ♪： / 本宮小	19 *：白沢中 / 白沢中 ♪： / 和田小	20 *：五百川小 / 五百川小 ♪：外出 / 外出	21 *： / 外出 ♪： / 外出	22 *： / 外出 ♪：外出 / 外出	23
24/31	25 *： / ♪：外出 / 外出	26 *：外出 / 外出 ♪：外出 /	27 *： / ♪： /	28 *： / 外出 ♪：外出 / 外出	29 *：岩根小 / 岩根小 ♪：外出 / 外出	30



お気軽にお問い合わせ・ご相談ください



連絡先：本宮市教育委員会 幼保学校課（本庁2階）
電話：0243-24-5445（内線1246）
E-mail：ssw@city.motomiya.lg.jp
スクールソーシャルワーカー（大久保・安齋）



イラストをかいたひと：たろうまる・ももこ