

笑顔の大切さについて

玉津小学校六年 渡部 あみり

みなさんにとって「人権」といわれたら、何を思いつきますか？
例えば、男女平等やいじめがないなどを思いつくかもしれません。
ですが、私の思う人権は「幸せでいること」です。そのためにもまず、「笑顔」が必要だと思いました。

なぜ、こう思ったかというところ、笑顔は幸せな状態を表している、そして笑顔でいることが小さな幸せだと感じるから大切だと思いました。実際に調べてみると、笑顔は国や地域、人種、性別などを超える人類共通のサインということや、笑顔でいることで心と体を健康に保ち、周りとの良い関係を築いたりすること・心と体に良いことをもたらしたりするなどという効果があります。他にも、一日の中で笑顔になる回数が少ないという人が6割いるそうです。例えば、笑顔でなかった時に私は実際、このような体験をしたことがあります。話しているときや、遊んでいるときに相手が無表情だった時、「楽しくないのかな。」や「いやなのかな。」などと思ってしまうことがありました。また、友達に聞いてみると、このような場面が起こった時、「話さないほうがいいのかな。」「不満なのかな。」と思ってしまうと言っていました。逆に笑顔で話していると、相手もうれしくなるし、自分もうれしくなります。そして、笑顔でいる人がい

ると自然と笑顔になると思ったからです。なので私は、できるだけ笑顔でいることが大切だとおもいます。そして、人を笑顔にするためにどうしたらいいのかを私は、考えてみました。私は、うれしかったときや面白かった時に自然と笑顔になります。だけど今、身の周りのみんなが笑顔なのかを考えると笑顔が少ないと思います。

この事を考えて、私は沢山のひとと話したり、あいさつをしてみる。人の話を聞く時にしっかりと聞くなどの少しのことでもやってみようと思いました。なぜなら、話す機会が増えたと、話が合ったり、面白いことがあったりすると笑顔が増えると思ったからです。逆にあいさつをされた時に、無視するんじゃないかと、笑顔で答えてみたりたいです。自分も笑顔が増えるようにがんばりたいです。