

# 三卓クラブジュニア強化練習会 参加の皆様へ

卓球をするその前に「ありがとう！」と「挨拶の言葉」

2025 年 12 月 7 日  
三木市卓球協会  
会長 塩谷英雄

ジュニアの皆様、保護者の皆様、おはようございます。

今日は卓球をするその前に「ありがとう！」と「挨拶の言葉」のお話です。

## ■ありがとう！

皆さんは、「ありがとう」と言っていますか？お家の人に、友達に、先生に、お店の人に、知っている大人に。お家の人には皆さんの食事を作ってくれます、服とか生活に必要な色々な物を揃えてくれます。お友達と一緒に遊んでくれたり、楽しいことをしますね。先生は生きていくための知識を教えてください。お店の人は、皆さんが買物する時、相談にのってくれたりします。卓球を教えてください。知っている大人は、ボールを上手く打つことを教えてください。

そんな皆さんを支え、助けてくれる人へ感謝の気持ちを伝えることばが「ありがとう」です。心をつなぐ大切なメッセージです。

言えていなかったあなた！これからは積極的に「ありがとう」を伝えてみてください。それが、より豊かで温かい人生につながると思います。

「小さなことにも感謝できる習慣がつきます」

何気ない日常の中で「ありがとう」を意識的に伝えることで、当たり前だと思っていたことにも感謝できるようになります。それによって、日々の生活がより充実し、幸せを感じやすくなります。

## ■挨拶の言葉

「行ってきます」「行ってらっしゃい」は、挨拶の中でよく聞く言葉です。

「行ってきます」のもともとの意味は「今から出かけます」。

そして、また帰ってきます」という意味です。

昔は旅行をすることや、夜、道を歩くことも、命がけ、もしかしたら死んでしまうかもしれない、というような危ないこととでした。

だから、「必ず帰ってきます」という思いを込めて、「行ってきます」と言うようになったそうです。

それに対して、見送る人は「行ってらっしゃい」と言います。

これも「行って、無事に戻ってきてください」という思いが込められています。

「行ってきます」「行ってらっしゃい」は、ただの挨拶ではなく必ず帰ってきます、無事に戻ってきてください。の気持ちが込められているんです。

◆では、出かけた人が帰ってきた時は、「ただいま」「おかえりなさい」です。  
帰ってきた人は「ただいま」と言います。  
「ただ今」というのはちょうど今、現在、と言う意味です。  
そのあとに、「帰りました」という言葉が省略されています。  
もともとの意味は「ちょうど今、帰りました、戻りました」という意味です。  
「行ってきます」行って戻ってきます、と言って出かけたから、  
その言葉の通り、ちゃんと戻ってきました、そういう意味が込められています。

対して、迎える人は「おかえりなさい」と言います。  
「おかえりなさい」は「無事に戻ってきてくれてありがとう」  
「あなたを待っていましたよ」「あなたの戻るところ、帰るところはここですよ」という  
意味が含まれています。  
もし、帰ってきた人が「ただいま」と言っても、「おかえりなさい」と言ってもらえな  
かったら・・・それはとてもさびしい気持ちになります。

毎日のように使う「行ってきます」「行ってらっしゃい」「ただいま」「おかえりなさい」  
この挨拶を自然に言えるようになると、コミュニケーションがより気持ちよくでき  
るようになります、みなさん、ぜひ覚えてくださいね。

<https://tama3blog.com/37-ittekimasu/>

保護者の皆様、お家に帰ったら今一度、  
お子様と「ありがとう!」と「挨拶の言葉」のお話しをしてみてください。