

# 教育相談だより

11号 発行責任者

大塚晴美

1年部 大塚 晴美  
2年部 野村 先生  
3年部 岩武 先生  
養護教諭 木下 先生

最近は、花粉症だの大気汚染だのと私たちの自覚のない所で“体にじんわり効いてくるモノ達”が多くありますよね。

上記のモノ達は、好ましくない“じんわりモノ”ですが、漢方薬のように長く使えば、いつの間にか体質が変わっているモノ、好ましい“じんわりモノ”があなたの周りにもきっとあると思います。

私にとっての“じんわりモノ”は「人」です。体調が悪くてなんだか気分が乗らなかったり、個人的にイライラすることがあって、見るからに不機嫌であったりしても、人と関わりを持つといつの間にかリセットされているからです。その間に、特に何かがあったわけでもないのに……、その相手が特別な誰かというわけでもないのに……。

学校という場所は、様々な人がいて集団で活動するところです。いろいろな人といろいろな話をし、関わりを持つことで、じんわりと元の私に戻してくれるからこそ、また頑張ることができます。人にはそれぞれに個性があります。他人と関わることで、トゲトゲしい部分は削れて、いつの間にか丸くなるものです。交わりを避けたら『山月記』の李徴のように虎になってしまうかもしれませんね……。

今の自分に自信を持ってない人もきっと誰かの“じんわりモノ”になっていくはずです。あなたにとっての好ましい“じんわり効いてくるモノ達”は何ですか？

## 3月の予定は以下のように終了しました。

今回でカウンセラーの安達先生の来校は終了しました。ありがとうございました。

4月からの予定は、今は未定ですが、決まり次第お知らせ致します。

今後、誰かに話を聞いてもらいたいことがある人は、教育相談係の先生を訪ねてください。

安達先生、ありがとうございました。だれよりも私（大塚）が癒されました……。

スクールカウンセラー

最終日 ※終了

3月7日

時間帯 12:30～15:30

## 安達先生から、メールが届きました～♪

### 「 変 化 」

詩人、工藤直子の『のはらうた』から作品を一つ紹介します。野原の動物・植物が主人公となって、彼らの作者名で詩が掲載されています。

めをさましたら

こりす すみえ

めをさましたら  
いつものあさと なんだかちがう  
なんだろう？  
なぜだろう？  
いつもよりも しっぽのさが  
ふかふかしているせいかしら  
からだのしましまが  
つやつやしているせいかしら

そして いつもより  
だれかに あいたくなるせいかしら  
わたしは そっと  
そとをのぞいてみました  
ああ いいにおい！  
やわらかいかぜ やさしいそら  
そうなんです  
めをさましたら  
はるでした！

詩は、読んだ人の心に、そこに描かれた場面よりも、もっと広大な空間的・時間的な場面を思い起こさせてくれます。”こりす”が目を覚ましたのは大木の小さな洞でしょうが、詩を読んだあなたの頭の中に浮かぶのは自宅の自分の部屋だったり、教室であったり、あるいは街全体であったりします。また、春という季節があなたの頭の中では、新しい学年であったり、卒業後の将来であったり、これからの人生すべての時間であったりします。

詩は心を自由にし、自由は心の変化を促します。三月は、皆さんにとって新しい学年や学校が始まる直前で、一年のうちで最も変化を予感させる月です。

皆さん、あす目を覚ました時、いつもの朝となんだか違うという感覚が生じていないか確かめてみてください。もし明日生じなければ明後日、さらに明々後日と気をつけてみてください。変化の兆しは微妙です。でも、それに気づくとだんだん大きくなっていきます。一ヶ月もすれば、あなたの変化に身近な人も気づくようになるでしょう。そこまでいけば、もう変化ではなく成長です。

同じ作者の詩を、も一つ紹介します。

へんしんのゆめ

けむし じんべい

あしたになれば ぼくだって  
あしたになれば ぼくだって

うん きっと  
あしたになれば ぼくだって！