

さわやか相談室だより NO2

# かけはし

平成28年7月14日

新座市立第二中学校

校長 田村 和昭

さわやか相談員 森田 ゆき

スクールカウンセラー 近藤 俊明

ジメジメと蒸し暑い日が続いていますが、体調を崩していませんか？

気温が高い日はクーラーや扇風機を適度に利用し、しっかり水分補給をしましょう。

1学期も終わろうとしています。4月から新年度がスタートし、新しい仲間との出合いや環境の変化など、色々なことがあったと思いますが、皆さんはどのように過ごしましたか？

楽しかったこと、大変だったこと、辛かったこともあったと思います。ぜひ、夏休みで気分をリフレッシュし、9月にはまた元気な姿を見せてください！

## ・・・相手を想ってあたたかい言葉で伝えよう・・・

誰かに話をするときに、あなたはどんな言葉を選んで話していますか？伝え方や選ぶ言葉によって、内容は同じでも相手に好意的に伝わるときと、攻撃的に伝わるときがあります。加えて、表情や伝える手段でも伝わり方が大きく変わってしまうことがあります。大切なことを相手に話したいとき、あなたはどんな手段で、どんな言葉で伝えていますか？

最近ではLINEなどの個人チャットやグループトークなどのメールを使って会話をし、トラブルになることがとても多くみられます。画面に残る言葉からは、発した人の表情や口調や喜怒哀楽までは読み取ることはできません。そんなつもりではなかったのに相手が傷ついてしまった、怒ってしまった、逆に送られてきた内容を目にして傷ついた、とても嫌な思いをしてしまった・・・などという経験はありませんか？

「言霊(ことだま)」という言葉を知っていますか？

言葉には不思議な力が宿っていて、口に出して発する言葉通りの結果を現す力を持っていると言われています。ポジティブな言葉やあたたかい言葉を使っていると、合わせ鏡のように自ずと同じような言葉に元気付けられて、励まされるようなことが増えてきます。

これから夏休みに入り、携帯やパソコンを手にする機会も増えることかと思えます。そんな時にちょっと思い出してください。会話をするならちゃんと相手の顔を見て、優しくあたたかい言霊の宿る言葉で伝えることの大切さを。家族と、友達と・・・沢山あたたかいコミュニケーションをとって、素敵な夏休みにしてくださいね！



## ・・・夏休み期間中の相談室の案内・・・

夏休み期間中のさわやか相談室は以下のとおり開室しています。

〔開室日〕 7月26日・8月23日

※スクールカウンセラーの近藤先生が来校されます。

〔開室時間〕 午前9時45分から午後4時30分まで。

〔ご利用方法〕 1 来室によるご相談

\*電話で事前にご予約ください。

2 手紙によるご相談

宛先：〒352-0011 新座市野火止7-17-10

新座市立第二中学校 さわやか相談室

\*返事を書きますので、送付先をお書きください。

3 電話によるご相談

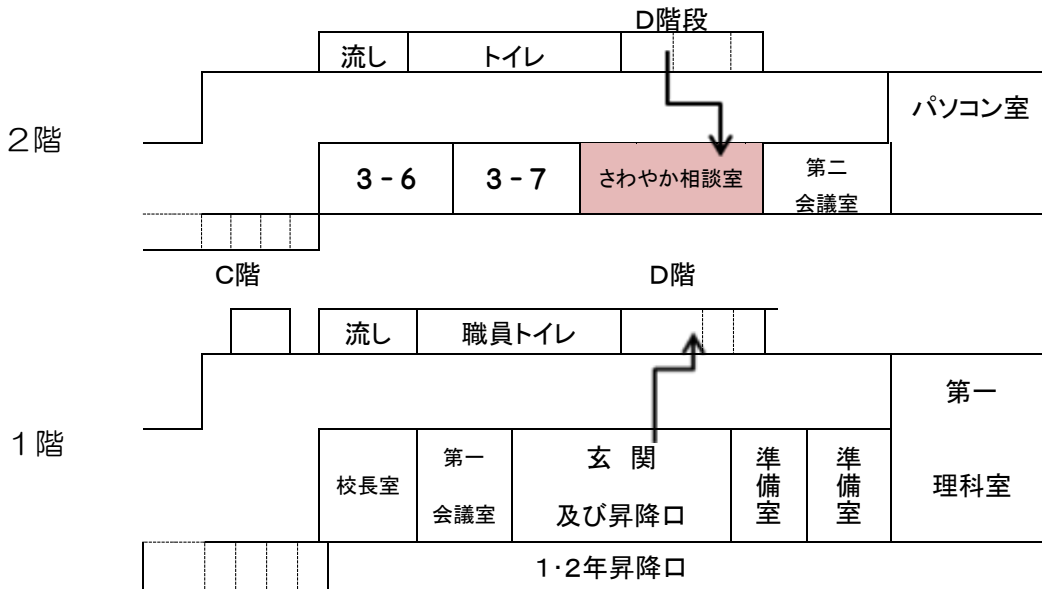
電話番号：477-1329（相談室直通）

\*つながらない時は、職員室にかけてください

477-1212（職員室直通）



### 【相談室の場所】



## ☆新座市教育相談室のご案内☆

新座市の教育相談室も、ご利用いただけます。

〔開室時間〕 月曜日～金曜日 午前10時から午後6時

〔電話番号〕 048(477)4152