

さわやか相談室だより

平成30年3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

スクールソーシャルワーカー 木村 順子

かけはし



・・・卒業するみなさんへ・・・

いよいよ、3年生は9年間の義務教育を終えて、卒業式を迎えますね。進路に向けて自分自身と向き合ってきた1年間。沢山の壁を越えて、今日に至るかと思えます。自分の理想どおりにことが進んだ人、思い描いていたものと少し違った結果だった人…318人分の想いと318通りの道がありますね。

皆さんの道は、必ず先の未来へつながっています。これからの長い人生の道のりで、失敗したり、うまく行かなかったり、不安で押し潰されそうなときも沢山あるかと思えます。

人はどうしても自分にとって辛いことはばかりをピックアップして落ち込んでしまいがちですが、それは「次に必ず成功するように」と脳が失敗したことを忘れないように記憶するためといわれています。実は同じくらい、もしくはそれ以上に幸せなことや嬉しいこと楽しいことは日常に溢れていますが、それは「当たり前のこと」として流されてしまっています。

落ち込んでしまう出来事に心をずっととらわれて続けていくよりも、小さくても良かったと思える幸せな出来事に目を向けて気持ちを向上させていくことの方が、はるかにその先の未来に明るくつながっていきます。そうやって自分の手で道を切り開いて行ける力を、全ての人が持っています。

1秒前も、過ぎていった「過去」です。過去は、変えることは出来ません。けれど「今」、そしてこの先の「未来」は、自分の気持ち次第でどんどん切り開き変えていくことが出来ます。皆さんの未来は、果てしない可能性を秘めた宝箱だということを、忘れないでいて下さい。

「きみの行く道は 必ずどこかにつながっている
行き止まったら少し戻って
別の道を行けばいい
目的地に向かう道は
ひとつだけとは限らない」

ご卒業、おめでとうございます！二中での経験を胸に、未来へ向かって大きく羽ばたいてください！



・・・在校生の皆さんへ・・・

あと半月もすると、皆さんはひとつ上の学年にあがります。新しい学年への期待はもちろんのこと、不安もぬぐえずにいるのではないのでしょうか？

皆さんは、相談ポストを知っていますか？

友達のこと、部活のこと、家庭のこと、勉強のこと…何か困ったことがあった時は、ぜひ、相談ポストを利用して下さい。相談ポストは1・2年生の昇降口前のD階段のさわやか相談室掲示板と、保健室前の掲示板の2カ所に設置してあります。備え付けてある用紙に、必要事項を記入してポストに入れて下さい。相談員以外にも、相談に乗って欲しい先生の名前も記入してもらう形になっています。

ひとりで抱え込まずに、誰かに話を聞いてもらって解決の糸口を一緒に見つけられると、気持ちが少し楽になります。相談ポストのことを心の片隅に覚えておいて下さい。そして、何かあったときはぜひ活用してみてくださいね。

・・・相談室のお知らせ・・・

保護者の皆様には日頃から新座市立第二中学校・さわやか相談室の運営にご理解とご協力を頂きまして誠にありがとうございます。

3月22日(木)が本年度最後のカウンセラー来校日になります。4月以降の予定は新学期に入り、決まり次第お知らせいたしますのでよろしくお願いいたします。

☆新座市教育相談室のご案内☆

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5時

〔電話番号〕 048(477)4152

