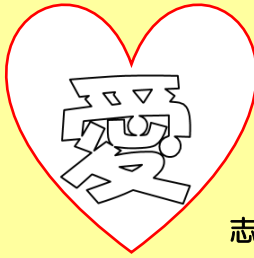


ビタミン



教育相談便り

2021/7/1

~7月号~

志貴野高等学校 保健・教育相談部

授業や生活のリズムは軌道に乗って来ましたか？

朝、一杯の水道水を飲むと新陳代謝が活発になるので、健康面でお勧めです。

今回の皆さんへのメッセージは、清水スクールソーシャルワーカーからです。

わたしを 「じゃまするもの」 「たすけるもの」

SSW 清水剛志

日々の生活のなかで、うまくいかないことはありませんか。そんなこと誰にでもありますよね。

人が生きていく上で、障壁となることはあります。そのような障壁にどのように、対応していけば良いのでしょうか。



悪者から顔を濡らされて、「顔がぬれて力が出なあい！」というセリフは、丸いあんパンでできた顔を持つ正義のヒーローのピンチの時の言葉です。

この言葉で、移動式のパンの窯場を持つパン屋さんは、新しい顔の形をしたあんパンを焼き上げ、力を奪われたヒーローに向かって投げます。

するとヒーローの顔（あんパン）は交換され、ヒーローは、瞬く間にパワーアップし、ご存じのパンチで悪者を倒します。

正義の味方のヒーローだって、ピンチの時はパワーが出ない時があり、仲間の助けを求めます。

パワーレスになるには理由があって、パワーレスになった状態から復活する方法も、この丸い顔のヒーローはわかっていて仲間の助けも得られています。

私たちは「自分のことは、自分でできるべき」ととらえ、他の人の世話になること依存は、あまり良くないと思っています。

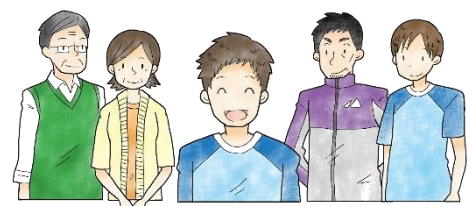
しかし、「人が生きること」を広い視点から考えると、人が生きていく上で障壁を感じる時、それは必ずしも、その人に存在するのみではありません。

人が生きていく上での障壁を、個人に存在するもののみとらえるのではなく、その人に存在する個性と周りの環境の関わりとを考えた上で、よりよい「たすけ」を受けていけばよいという考えがあります。

私たちの生活は、家庭や友人といった周囲の環境や、年齢や習慣などの個人的な事柄が、互いに関連し影響しています。

私たちの「生きづらさ」はそれらすべてのものが関連し合っ
て起こるもの、つまり、生活するなかで「背景の要因」との関連・
影響によって、こころやからだに機能障害が生じたり、活動が制
限されたり、様々な参加が制限されたりするのです。

なにが私を「じゃましているもの」か「じぶんをたすけるもの」
なのかを見てパワーレスな状態から脱却してみてはと思います。





カウンセリング予定

SC : スクールカウンセラー
SSW : スクールソーシャルワーカー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
28	29	30	01 桶谷SC 14:00~18:00	02 藤田SC 12:30~17:30
05	06 清水SSW 13:00~17:00	07	08 桶谷SC 14:00~18:00	09
12	13 清水SSW 13:00~17:00	14 水野SC 13:30~16:30	15 桶谷SC 14:00~18:00	16 藤田SC 12:30~17:30
19	20 清水SSW 13:00~17:00	21 藤田SC 12:30~17:30	22	23
26	27 清水SSW 13:00~17:00	28 水野SC 13:30~15:30	29	30



面談を希望する場合はあらかじめ連絡してください。
 ＊来校予定日時は、変更になることがあります。
 ＊カウンセラーによる電話相談も可能です。(0766-22-3113)
 担任、保健室の先生、教育相談系の先生に連絡してください。



暑さに負けない体を作ろう

