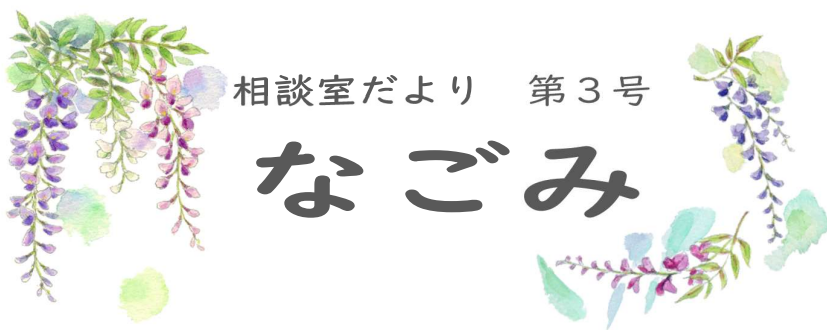




相談室だより 第3号

なごみ

令和7年6月19日
愛知県立津島高等学校
保健相談部

「気の合う人、合わない人」

先日、1年生の国際理解講演会を聞きました。講師の先生が日本を離れて、モルディブ共和国という小さな島で生活していらした時のお話でした。先生は「日本人でも自分と気の合う人、合わない人がいる。それと同じで心配しなくてもモルディブにだって気の合う人はいるよ。」と教えてくださいました。私は「なるほど」と思いました。

今年度が始まり、2か月が過ぎました。今のクラスにも慣れ、少し落ち着いてきたところでしょうか。その一方で、「まだクラスになんとなくなじめない。」「自分が心から笑って話せる相手がいない。」と少し生きづらさを感じている人はいませんか。

新しい環境に慣れるのには時間がかかる人もいます。「遠足や修学旅行に行ったら慣れる」「学校祭の準備を一緒にやったら慣れる」なんていうことはよく聞く話です。でも、人によってはそれでもなじめない人はいる気がします。そして、なじめないとわかるたびにがっかりしたり、自分を責め、周りを責めたりする人もいます。環境に慣れるためには人それぞれの時間がいきます。

「一緒にいても楽しくなかった。」で済ませず、次のチャンスを待ちましょう。今まで気づいてなかったけれど、席替えをして隣になった子と気が合うかもしれません。体育で同じ種目の隣のクラスの子と気が合うかもしれません。学校祭ではこの先輩いいなと思える人に出会えるかもしれません。私たちには生きているかぎり「気の合う人」に出会うチャンスがやってきます。みなさんが、いろいろな人との出会いの中で、本当に気の合う人と巡り合えることを願っています。

それでも、落ち込んだり、生きづらさを感じたりするときはどうぞ、相談室までお越しください。あなたの心にひっかかっている何かを一緒に探しましょう。



相談日(なごみルーム)があります

相談日(なごみルーム)は、相談担当の先生が相談室にいます。悩んだり困ったりしたとき、なんだか心がもやもやするとき、誰かに聞いてほしいとき…一緒にお話ししませんか。

相談室の扉をノックしてみてください。

7月 4日(金)

終礼後15:45～16:45

スクールカウンセラーが来校します

立松容子先生(臨床心理士)

スクールカウンセラーへの相談を希望する人は、保健室または担任に声をかけてください。

来校予定日

6月24日(火)	7月15日(火)	9月 9日(火)	10月 7日(火)
10月28日(火)	11月11日(火)	12月 2日(火)	1月13日(火)
2月 3日(火)			