



あやめ



Aim High

in 「一期一会」

文責：生徒指導主事 櫻本直弘

新人大会激励会

10月3日（金）放課後、県新人体育大会に向けての激励会が開かれました。今回の新人大会は3年生からバトンを引き継ぎ、2年生中心の部活動体制になって初めて迎える公式大会ということになります。各部とも朝練・午後練、週末の練習や練習試合と、新人大会を目標に取り組んできました。激励会では、そんな各部の意気込みが十分感じられる決意表明が行われました。生徒会本部を中心とした応援と、全校生徒の魂のこもった応援歌が体育館中に響き渡る、独特な緊張感の中で行われた激励会。**私たちの「気持ち」は、大会に出場する選手の心にもしっかりと届いたはず**です。

笹本校長先生からは、「**何と勝負するのか？自分なりにそれをしっかり持つことが大事である**」という励ましの言葉がありました。また、「**もちろん強くなることも大事だが、それ以上に『心から応援される部活動』を目指して欲しい**」そんなお話もありました。

対戦相手と勝負するのか？自分自身と勝負するのか？それともチーム内のライバルと勝負するのか？その対象は人それぞれで良いでしょう。しかし、それを自分の中で明確に持つことが大事だと思います。**みなさんは何と勝負しますか？そしてこれから何と勝負していきますか？**ぜひ、そんなことも考えながら今後の大会、あるいは今後の部活動を考えてみてください。そのうえで、勝負にこだわりつつも、「**周囲からの『応援』を得られるような活動とはどうあるべきか…。**」そんなこともよく考えて、部活動に取り組んでください。

平日にもかかわらず、多くの保護者の方々の参観をいただき、選手たちの励みになったことと思います。この場を借りて感謝申し上げます。今後も、本校の教育活動へのご理解とご協力をお願いいたします。





相談室（スクールカウンセラー）より

今回は、よくあるご相談の中から、「人の目が気になってどうしようもない」や「周りの人のお喋りが自分のことを言っているように思えて気になってしまう」など、「自意識過剰！と軽くあしらわれてしまいがちな心の仕組み」についてお話しします。

実際これは、中学生くらいの時期によく見られる現象ですので、当事者にしてみれば「苦しさの割には軽く扱われがちで余計に辛い」といった相談もよく受けます。

この「人の目が必要以上に気になってしまう心の仕組み」については、思春期の一時期に現れる「**人間が社会的な生き物になっていくために通る道のりのひとつ**」とされています。人間は「社会」を作って生きていく生き物なので、自分のことと共に常に他者の心の状態にも注目するようにできています。思春期はその「心の機能」が「自己意識」と結びついて作用し始めるタイミングに当たります。大人になると数多くの経験や成長と共に、他者の心の把握と自己意識は自動的にバランスをとるようになります。しかし、思春期のうちは自己意識が強く働きすぎてしまったり、自己意識の向く方向がずれてしまったりと、必ずしもうまく機能するとは限りません。また、そのバランスの調整が機能しない場合、苦しさや辛さを感じることもあります。ただ、その辛さや苦しさの程度は人それぞれですので、普段の生活上で全く気にならないようであれば「**大人になるための成長の過程**」と捉えてみてください。ただし、辛さや苦しさの長期化したり、生活面への影響となって現れてくる場合には、どうぞ遠慮なくご相談ください。

自己意識の持ち方は、考え方や物事の捉え方次第で変えていくことも可能です。他者と自分をどう見て、どう理解するかを整理するだけでも思春期特有の苦しさは緩和できると思います。

スクールカウンセラー(SC)利用案内

- ＜利用対象者＞
 - ・生徒、保護者、教職員
- ＜申し込み方法＞
 - ・電話でも直接でも申し込みできます。（学校Tel 055-282-0056）
 - ・不登校担当、学級担任、養護教諭の先生を通して申し込んで下さい。
（いずれの方法でも結構です。時間を相談の上、調整してお知らせします。）
- ＜面接時間＞
 - ・午前8時45分から、午後4時30分まで
- ＜今後のSC 来校予定日（2学期）＞
 - 10月** 7日（火）、9日（木）、21日（火）、23日（木）28日（火）、30日（木）
 - 11月** 4日（火）、11日（火）、13日（木）、18日（火）、25日（火）
 - 12月** 2日（火）、9日（火）、11日（木）、16日（火）、18日（木）