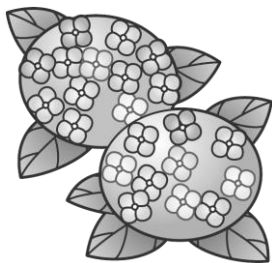




スクールカウンセラー通信

No.2
2024年6月

和歌山県立熊野高校スクールカウンセラー 梅村香世子



生徒のみなさんこんにちは。

スクールカウンセラーの梅村です。

こちらの学校に來させていただくようになって、約2ヶ月がすぎました。私は若い頃2年間、この学校で勤務したことがあります。だから校内を歩いていると、とてもなつかしく感じます。また、出会った生徒さんは気持ちよくあいさつしてくれて、とてもいい学校だと思っています。

生徒のみなさんは、今年度がスタートした4月からこれまで、がんばってきたのではないのでしょうか。ちょうど6月ごろは、息切れする時期になります。それに6月は土曜日と日曜日以外の休日が全然ない月です。だから、たまに家でごろごろしたり、ぼうっとしたりする時間も作って、肩の力をぬいて、ぼちぼちやっていくようにするといいですよ。

●愛読書を語る●

以前、東野圭吾のミステリーが好きだと、通信に書いたと思います。「新参者」「麒麟の翼」「祈りの幕が下りる時」など、いいなと思うものはドラマや映画になっています。東野圭吾の小説は、ただのなぞ解きだけではなく、現代を生きる私たちが考えなくてはいけない問題がテーマになっていることが多いです。

他に、昔からあるミステリーでおすすめしたいのは、森村誠一の「人間の証明」です。小説の中に出てくる西条八十の詩もステキです。

ミステリーの女王、アガサ・クリスティの作品は、色々な名作がありますが、「ナイルに死す」が私の中では最高です。

これから雨の日や暑い日が多いですが、家の中でクーラーをつけて、読書をして過ごすのもいいのではないかと思います。



●心が疲れていると感じる人へ●

「ストレスがたまっているな」とか「何となく不安」とか「何だかだるいな」といった気持ちに時々なる人、よくなる人は、カウンセリングを申し込んでみて下さい。

がまんしていても、解決にはなりません。カウンセリングは今、少し混んでいますが、係の先生が調整してくれます。

「がまん」や「がんばり」も、ほどほどが大事です。

●今後の来校日の予定●

6/25 (火)	13:45~16:45
7/2 (火)	※
7/9 (火)	11:45~16:45
7/16 (火)	11:45~16:45

※の印が入っている日は、期末考査なので開始時刻は未定です。通常より早く始まる予定です。