



# 門真四中だより

## 「つながる」「わかる」「切り拓く」

令和4(2022)年5月10日

第8号

編集・発行：校長 上甲 尚

### スクールカウンセリングについて



毎日生活を送る中で、人は誰でも大なり小なり悩みやストレスを抱えているものです。中学生の皆さんなら勉強のこと、友だち関係のこと、異性のこと、親子関係のこと、自分自身のこと...。「このことは親にも先生にも相談しにくいな」ということもあるかもしれません。思春期特有の人には言いにくい悩みもあるでしょう。

そんな時、スクールカウンセラーの方に話を聞いてもらうと、気持ちが楽になったり、解決策・方向性が見えてくることがあります。思い切って相談してみてもいいでしょうか。

今年度もスクールカウンセラーとして、〇〇〇〇先生(臨床心理士・公認心理師)が四中に来てくださっています。〇〇先生からのメッセージを紹介します。

新しい1年がスタートして約1ヶ月。青葉の美しい季節となりましたが、生徒の皆さんはどう過ごしていますか？

1年生は入学して小学校との違いに驚きや戸惑いを感じているのではないのでしょうか。2年生、3年生のみなさんも学年が上がるにつれ、役割や責任が大きくなり大変だと感じている人もいます。

毎日過ごす中で何かつらいことや困ったことはありませんか？

「誰かに話したいけど、誰に話せばいいだろう?」「こんなこと話していいのかな?」

内容はなんでもかまいませんので、ぜひ相談してください。相談したい人は担任やクラブ顧問など話しやすい先生か、おうちの人にそのことを伝えてください。

保護者の方からの相談もうけたまわっております。お子さまのことや、その他ここに関わる悩み事・困り事がありましたら、ぜひご相談ください。

スクールカウンセラー 〇〇〇〇

●好きな場所: 沖縄 朝ドラを毎日録画して見えています。

◆曜日: 毎週金曜日(例外あり)

◆相談時間: 11時~16時

◆相談場所: 四中本館2階 カウンセリングルーム(相談室)

◆相談内容: 内容は問いません

◆原則としてカウンセリングは予約制です。お早めに予約をお願いします。

### 3年生 進路学習「高校調べ」



3年生は2日(木)、6日(月)の2回にわたり、進路学習として「高校調べ」を行いました。自分の興味・関心のある高校について、タブレット端末(クロームブック)を使って調べ、簡単なレポートを作成しました。みんな楽しそうに集中して取り組んでいました。

2日には進路決定の重要な参考資料となる実力テスト(第1回目)も行いました。具体的に志望校(進学先)を決めるのはこれからですが、自分の未来を切り拓き、

選択肢を広げるためにも、日々コツコツと学び、力を付けていってほしいと思います。高校見学会や説明会、体験入学も始まります。案内を確認し、必ず参加しましょう。いろんな情報を確認して、志望校を考えていってください。担任の先生や進路担当の藤巴先生、3年生の先生方に遠慮なく相談してくださいね。

### 2年生 進路学習「俺らの話も聞いてくれ!2022」



2年生は9日(月)の6時間目、5名のゲストの方をお招きし、「中学生時代の話(頑張ったこと、失敗したこと、そこから学んだことなど)」、「これから社会で生き抜いていくために必要な能力・資質」などについて、お話をいただきました。東先生の軽妙な司会ですすめられ、アツという間の1時間でした。

アパレル事業経営者(フットサルイベント企画運営者)、喫茶店経営者、美容師、スポーツマネジメント会社経営者(元Jリーガー)、元教員(サッカークラブの立ち上げに向け奮闘中)という多士済々の面々で、中には東先生の教え子(二中、四中卒業生)もいました。「人に愛されることが大切」「私は飽き性だった。何でも続けていくことが大切です」「周りの人、これから出会う人を大切にしてほしい」「どんどんチャレンジしてほしい」「自分の好きなこと、やりたいことを大切にしてほしい」「新しいことにチャレンジするのは怖いことだけど、チャレンジしてほしい」など、自身の経験を踏まえて熱いメッセージを伝えていただきました。

自分の人生を切り拓くのは、自分自身です。でも、その過程で周りの人たちに支えてもらい、影響を受けながら人生を歩んでいきます。これから先の未来社会は、予測困難な、正解が一つとは限らない社会になっていきます。たった一度限りの人生、たとえ失敗しても、くじけずに何度でも立ち上がり、自分で正解を探しながら人生を歩んでほしいと願っています。

**自分自身を信じてみるだけでいい。きっと、生きる道が見えてくる。(ゲーテ)**