

滝川ブリーズ (No. 31)

滝川中・高等学校教育相談室通信

滝川中・高等学校
教育相談室
(R3.4.22.発行)

相談室室長より

この1年、このコーナーの冒頭は新型コロナウイルス関連に終始しました。年度が改まり 2021 年度となっても、残念ながら、まだまだ出口の見えない状況が続いています。より感染力の強い、変異した新型コロナウイルスが出現し猛威を振るい始めたからです。国立感染症研究所の報告によると、関西ではすでに全体の 80%をこの変異型が占めていて、東京など首都圏の 1 都 3 県でも 5 月初めには全体の 80%以上が従来のウイルスから置き換わると推定されています。

ワクチンの接種など、政府や都道府県が今後いかなる政策を打ち出していくのかが極めて大きな影響力を持つことは明らかですが、同時に、本当に状況を改善しようとする意志があるのかという、われわれの本気度が試される局面でもあると思われます。但し、本人がいくら気をつけていても、雇るときは雇ってしまうこともあるわけですから、個人を責めるような言動は慎みたいものです。

さて今回、本紙面で紹介するテーマは、『生きがいベン図』です。元々はアメリカ人が作った図のようです。日本語の「生きがい (ikigai)」という概念を 4 つの構成要素で表したもので、なかなかつかみ所のない「生きがい」という概念を、わかりやすく構造的に示してくれているということで、SNS などで話題になりました。

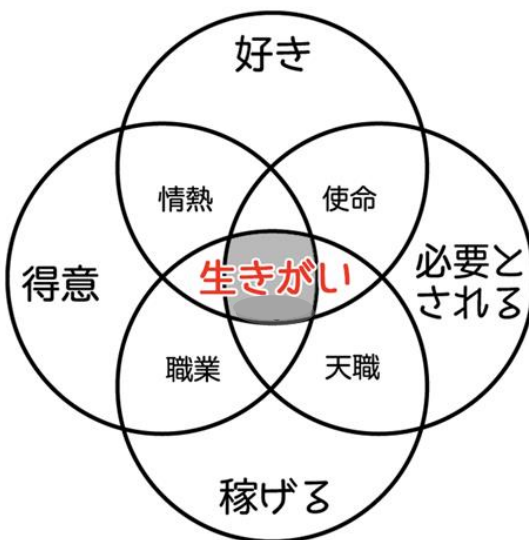
まず、左の図を見てください。この図を説明すると、「生きがい」を構成する要素は次の 4 つ。

- ・好き (What you love)
- ・得意 (What you are good at)
- ・稼げる (What you can be paid for)
- ・必要とされる (What the world needs)

そして、これらのうち 2 つが重なった部分に関しては次のように定義されています。

- ・好き × 得意 = 情熱 (Passion)
- ・得意 × 稼げる = 職業 (Profession)
- ・稼げる × 必要とされる = 天職 (Vocation)
- ・必要とされる × 好き = 使命 (Mission)

4 つ全てが重なると、好き × 得意 × 稼げる × 必要とされる = 生きがい (Ikigai) となります。



この図と説明から感じることは、「好き」、「得意」、「稼げる」、「必要とされる」など、どれも個人が自分の生きがいについて考えるときにキーワードとなるような言葉ですが、単品だけでは持続可能な生きがい足り得ないということでしょうか。

4つすべてを揃えることは難しいにしても、できるだけ他の要素と連携が取れるように工夫することが、生きがいの創造に不可欠なプロセスかもしれません。

生徒のみなさんも自分の進路を考える折には、一度この図を参考にしてチェックしてみてください。

室長 水戸 哲郎

スクールカウンセラーより

スクールカウンセラーの仲東茂（なかひがし しげる）です。今年もよろしくお願ひします。

前月退職した神戸市の元音楽教諭臼井真さんは、阪神淡路大震災直後に復興ソングとして「しあわせ運べるように」を作詞・作曲しました。震災から四半世紀が過ぎても歌い継がれ、神戸市は今年の1月に「震災の記憶を後世に伝えるため」として、二つ目の市歌に指定しました。

「地震にも 負けない 強い心をもって 亡くなった方々のぶんも 毎日を 大切に 生きてゆこう」

「支えあう心と 明日への 希望を胸に」

「やさしい春の光のような 未来を夢み」

「届けたい わたしたちの歌 しあわせ 運べるように」等の言葉が心に響きます。

明るく歌いやすい曲調。私たちの傷ついた心を癒す希望のこもった歌詞。私も含めて多くの人々がこの歌に救われてきました。「当たり前にあるものが明日もあるとは限らない」という臼井さんの言葉は、今のコロナ禍においても通じるものがあります。人とたわいもない話をして笑いたい、楽しく話しながら食事をしたい、今はそんなことができる状況ではありません。だからこそ「しあわせ運べるように」のような歌を歌いながらこの難局を乗り切っていきたいと願っています。

人は元気なとき、困難なときに立ち向かう強い心を持っています。しかし、人間関係に疲れているときや身体がしんどいときは心が弱くなってしまい、ストレスを溜めていきます。子どもたちはストレスを溜めると、さまざまなサイン（頭痛・腹痛・発熱・暗い表情・気になる行動等）を出します。お子様のことで何か気になることがありましたら、気軽に相談室に来て下さい。一緒に考えていきたいです。

S.C. 仲東 茂

*学年教育相談係の及び保健室の先生の紹介

各学年には教育相談を担当する先生がいます。相談室への質問など、気楽に話しかけてみてください。また、保健室には2名の養護教諭の先生がいます。怪我をしたときや体調の悪いときはもちろんですが、気持ち落ち込んでいるときや何か話を聞いてほしいときなどにも力になってくれます。

中1：阪田 中2：岡 中3：三上

高I：永原 高II：浅野 高III：飯田

保健室：宇都宮・松田

各先生

お知らせ

新型コロナウイルスの感染リスクが拡大傾向にあり、外出をせずともご相談に乗れるシステムの必要性を強く感じ、昨年の3学期より電話でのご相談も受け付けています。

申し込み方法及び注意点は、通常的面談希望と同じかたちを取ります。詳しくは右ページの ***申し込み方法と注意点*** をご覧ください。

カウンセリング予定表

4月		5月		6月		7月	
14	水	12	水	2	水	21	水
21	水	26	水	9	水	28	水
28	水			23	水		
				30	水		

本校では、担任や学年、保健室の先生に加えて、学校行事の被らない水曜日に相談室で外部カウンセラーである仲東先生のサポートを受けることができます。

また、室長である私水戸も、水曜日にご都合の悪い場合などにご相談をお受けします。木曜日の午後12時10分～16時10分の間にそのための時間を設定していますが、都合がつけば、これ以外の曜日や時間でも対応します。電話相談に対しても同様に対応します。

相談時間

1回約45分程度×4コマ+予備タイム

1時間目	12:10～12:55(学校時間の昼休み)
2時間目	13:00～13:45(学校時間の5時間目)
3時間目	13:55～14:40(学校時間の6時間目)
4時間目	14:50～15:35(学校時間の7時間目)
予備タイム	15:45～16:10(学校時間の放課後)

*昼休みのカウンセリングは、お弁当持参OKです。

申し込み方法と注意点

- ・ 原則、予約制になっています。
- ・ 担任、教育相談担当の先生、学年団の先生、その他話しやすい先生を通して申し込んでください。
- ・ 依頼を受けた先生は、該当する日と時間が空いているかどうかの確認をした後、所定の用紙がありますので必要事項を記入して申し込んでください。
- ・ 但し、何らかの事情がある場合は、面談を希望する方が直接保健室や水戸までお電話をして申し込んでいただいても構いません。
- ・ 本人のみ、または保護者の方だけの相談も受け付けています。
- ・ ご家族や担任と一緒に話をすることもできますので、その旨申し出てください。
- ・ 時間厳守をお願いします。
- ・ 予約が混み合っている場合には、対面相談、電話相談とも、希望日時の変更をお願いすることがあります。

*電話相談の申し込みは、担任、教育相談担当または直接依頼を受けた先生が所定の用紙の必要事項を記入して水戸まで提出してください。その時、対面スタイルとの区別を明確にするため、電話相談と朱書きしていただけるとありがたいです。

相談場所

- ・ 本館4階、教育相談室