



# 相談室だより

2025年 1月



新春の寒風に揺れる赤白の山<sup>さざんか</sup>茶花の花が、すがすがしく令和7年の新しい年を祝っているようです。今年、みなさんは、どんな年にしたいですか？

巳年の今年、蛇にまつわることわざや格言を調べていたら、素敵なものに出会いました。

「脱皮して<sup>もっ</sup>て大蛇となる」。成長するためには過去の自分を脱ぎ捨てて、新たな自分になることが大切という教えです。蛇が皮を脱ぐように、新しい自分に生まれ変わることを表しています。

相談室に来てくれる皆さんに、いつも私が伝えていることがあります。成長するということは、違うステージに上がること。そこに至るまでには平坦な道ばかりではなく、時にはけもの道があり、また時には、急斜面がある。大きな壁が行く手をふさぐこともある。でも最後まで歩ききり、壁を乗り越えることができたなら、新しい自分に会えるかもしれないよと。だけどその道を行くとき、その壁を乗り越えるとき、必ず辛く苦しい思いをすることになる。成長するためには、悲しいかな辛さや苦しさが必ず伴うものなんだよと。

蛇にとっても脱皮は大変な作業のようです。ただ皮を一枚脱ぐだけのことと、簡単に考えてしまいが、脱皮の途中できれいに全部脱げず脱皮不全になると、死んでしまうこともあるそうです。

新しい自分になるということは、蛇にとっても人間にとっても大変な作業のようです。

今年、皆さんの新しい挑戦、さらなる成長を願っています。

悩みや不安があるとき、気持ちを言葉にして人に話すと前向きになれることがあります。

相談内容の秘密は守られます。安心して利用してください。

希望者は、担任か養護教諭に申し出てください。

スクールライフアドバイザーの来校日 原則火曜日(12:00から18:00)

相談室は、本館1階進路指導室隣 スクールライフアドバイザー 小松 泰子



## \* 相談室の利用方法について

スクールカウンセラーに相談する以外にも、校内の相談係の先生と相談室で話ができます。希望する人は、養護教諭、担任、教科担任等、どの先生でもよいので申し出てください。後日、日時を設定します。