



岡山県立岡山朝日高等学校

教育相談課
令和5年7月発行



第74号

教育相談課関連行事

7月8日 1年生 hyper-QU(心理検査)を実施

1学期を終えて、個々の心の状態や集団の状態を理解するための心理テストを行いました。2学期に向けてどのようなサポートが必要か、またより良い集団になるためにどのような働きかけが良いのか等について、客観的で多面的な資料となります。

7月24日(13:45~15:35)、25日(9:30~15:30) ピア・サポート集中トレーニングを実施

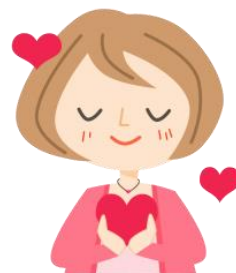
昨年に引き続き、CYBERDYNE 社で臨床心理士をされている池本しおり先生と、本校でスクールカウンセラー(臨床心理士)をされている大西由美先生の2名を講師にお迎えし、1、2年生保健委員と希望者がピア・サポート集中トレーニングを行いました。様々なトレーニングを通して、日々の生活の中で互いを支援していく大切さ、またそれは他者のみならず自分を支援していく生きる力につながるということについて理解を深める研修となりました。

1学期の相談事業利用状況について

「思春期サポート事業(スクールカウンセラー 大西由美先生)」と「こころの健康相談(精神科校医 千田真友子先生)」は、予定通り行うことができました。カウンセリングをしてくださる先生方の、丁寧で柔らかな対応のお陰で、カウンセリングを心のバランスをとるための1つの方法として、利用していただけていると感じています。相談は悩みごとが大きくなる前に行うことが重要だと考えています。教育相談課のスタッフも相談に対応できますので、お気軽にご利用ください。学校とご家庭が丁寧に連携しながら、生徒の心のエネルギーが少なくなってしまうよう、気をつけていきたいと考えています。

2学期の相談事業予定について

今年の夏休みの日程は、ほぼコロナ禍前の状態に戻っていくと思われます。夏休みの間、十分にリフレッシュをしつつ、規則正しい生活は崩さぬよう日々を大切に過ごしてもらいたいと思っています。生活習慣が乱れますと、十分なエネルギーを取り戻せず、夏休み明けからの登校が難しくなる場合があります。ご家庭におかれましても、アドバイスをいただければと思います。気になる様子があれば、担任、教育相談課までご相談ください。2学期のカウンセリングについては次のような日程になっています。希望される場合は予約をお願いいたします。



★思春期サポート事業 （スクールカウンセラー 臨床心理士 大西由美先生）

8月29日（火），9月19日（火），10月10日（火），10月24日（火），
11月20日（月），12月19日（火）

★こころの健康相談 （精神科校医 千田真友子先生）

10月4日（水），11月29日（水）

子離れのとき

岸本 史雄

一年くらい前のことです。自宅の庭に一匹の野良猫が姿を現すようになりました。最初はもちろん近寄って来ようともせず、遠くからこちらをじっと眺めて、私が近寄ろうものなら、一目散に逃げていきました。野良猫にエサをやるのは良くないとは知りながら、つついそと庭先にエサを置いてみると、私の姿が見えない間にエサを食べているようでした。やがて、私の前でもエサを食べるようになり、つい可愛くて、勝手に「ちゃむ」と名付けて、毎日学校へ行く前にエサを与えていました。余談ですが、成猫の本気の猫パンチはかなり強烈です。撫でようとして、何発か食らいました。

そんな毎日が過ぎたある日、ちゃむが何か独特の鳴き声を発しました。すると鳴き声に導かれるように、子猫が三匹姿を現し、私が皿に盛っていた猫の缶詰をパクパクと争うように食べ始めました。またまた勝手に三匹を「ちゃっぴい」、「ちゃっぷう」、「ちょっばあ」と名付けました。ちゃむはお母さんでした。

それから毎日、ちゃむは皿に盛られたエサを毒見するかのように、自分が少しだけ食してから、また独特の鳴き声を発し、子猫たちを呼び、エサを食べさせます。子猫が食事中は、ちゃむはその前でじっと子猫たちを見守りつつ、危険がないか、辺りを警戒している様子でした。子猫たちの食事が終わると、近寄ってくる子猫の毛づくろいをするなど、愛情豊かな行動に私も心が和みました。

ちゃむの行動が変わったのは、子猫たちが来るようになって、半年ほど経った頃でした。ちゃむと子猫たちが一緒に庭先で私を（エサを）待つようになっていました。ある日、私がエサを置くと、いつもは先に子猫に食べさせていたちゃむは、自分が先にエサを食し、子猫が近寄ると、その子たちを威嚇しました。（猫パンチはしていませんが。）どういう心境の変化なのか私には不思議に思えました。翌日からちゃむは来なくなり、今では3匹のうち、「ちゃっぴい」と「ちょっばあ」が毎朝やってきます。二匹とも大きくなりました。

あの日、ちゃむが子猫たちを威嚇したのは、もしかするとその日がちゃむの子離れの時だったのではないかと思います。「私の役目はおしまい。これからは自分で強く生きていきなさい。」というメッセージだったのではないかと。そう思えてなりません。いつまでも手をかけるのではなく、ひとり立ちさせなければ子猫たちは厳しい自然界では生きていけないでしょう。今思えば、ちゃむの「シャー！」という厳しい威嚇の鳴き声の中に、子を思う母の優しさみたいなものを、私は感じてしまうのです。

昔 話

内田 康晴

私が子供のころ、小学生は、家に帰るとランドセルを放り投げ、外に遊びに行くものであった。近所の子供が集まって、いろいろな遊びをした。魚釣りやザリガニ釣り（トーチカ釣りと呼んでいた）、鬼ごっこ、ソフトテニスのボールでする三角ベース、ビー玉を投げて地面に掘った穴に入れる遊び（ラムチンと呼んでいた）、陣取り、糸巻戦車づくり、めんこ遊び（パッチンと呼んでいた）、かくれんぼ（近所の庭や物置にまで勝手に入り込んで隠れていた）、時には新聞紙を水ノリにつけての面作り。などなど。

何日かみんなでひとつのことに熱中し、飽きると、また別のことをするのである。

小学校の6年生から1年生まで、ときにはもっと小さな子までと一緒に遊ぶのであった。面づくりや糸巻戦車作りなどの技術は上級生が教えてくれる。トーチカ釣りや魚釣りの仕掛けも最初上級生に教わる。パッチンも、漫画雑誌のアトムなどお気に入りの絵を切り抜いてボール紙に貼って手作りすることを習い覚えるのであった。

また、上級生が、学校の授業でフナの解剖をしたというので、みんなでフナをとってきて解剖したこともある。「これが心臓だ」などと教えてもらった。大人になった今は残酷でできないが、その頃は今ほどの抵抗感はなく平気だった。

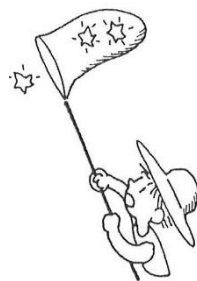
それから、鬼ごっこなどは、小さな子供は上級生にはとてもかなわないから、そのままでは、遊びとして成立しない。そんなときは、その子は『アブラ』にする。語源などよくわからないが『アブラ』の小さな子は、捕まっても鬼にならなくてよい。鬼は、まず『アブラ』以外の子を必死で追いかける。2～3人捕まえた後で、『アブラ』の子を、ちょっとだけ追いかけるふりをする。『アブラ』の子は必死で逃げる。頃合いを見て捕まえると、その子もドキドキし、歓声を上げ、鬼ごっこを満喫する。そうやって、小さな子供も徐々に仲間入りができてゆく。

楽しいことも、時にはちょっとつらいこともあったり。子供のころを育んでくれた文化がそこにはあったように思う。

そして、中学校への入学とともに上級生は近所の遊びのコミュニティから卒業してゆくのであった。

いつのころからか、小学生が外で一緒に遊ぶ姿などほとんど見なくなった。

今の子供たちは、どのように子供の時代を過ごしているのだろう。あの頃に代わる新しい豊かな文化の中で、育まれているのだろうか？



大切にしているもの

烏谷 雄一

私が大切にしているものの一つに、高校時代、部活動で使っていた道着がある。特に帯には強い愛着がある。

私は子供の頃から非常になまけもので、何かに一生懸命取り組むといったことができなかった。勉強もスポーツ好きではなかったし、まったく得意ではなかった。習い事もやらされているだけで何一つ身につかなかった。中学校に入ると、どの部活動に入るかが大きな問題となった。どの部もあまり魅力を感じなかったし、入部するのが面倒くさい。運動はまったくできないし、ハードな練習は絶対にしたくない。両親が何かの部活動には入りなさいというさかťたので、楽そうな部という理由だけでコンピュータ部に決めた。活動内容は、放課後コンピュータ室にいてゲームをするだけで、何かしらの知識や技術を得ることはなかったが、とにかく楽しかったのでやめることなく3年間を過ごした。このときは自分の中学校での生活を後悔していなかったし、こんなものだろうと感じていた。

私の生き方が変わってきたのは高校に入学してからだ。どの部活動に入るか悩んでいたときに、なぜか柄にもなく前向きな気持ちが湧いてきて、「高校ではこんなことに打ち込んだ」と人に語れるような部に入ろうと考えた。そして選んだのが柔道部だった。柔道についてはあまり知らなかったが、厳しい、きつい、怖い、痛い、くさい競技だという認識はあった。また、柔道を高校から始める人は少数派で、かなり出遅れた状態だということもわかっていて。それでも柔道部を選んだ理由はいくつかあったが、一番の理由は黒帯が締められるようになったらカッコいい！ということだった。(ほかに、母校の柔道部は県下トップクラスの弱小校だったので何とか練習にはついていけるかなという甘い考えもあったが…。)

私が所属していた柔道部は、競技経験のある顧問がいなかったため、まともな指導を受けることができず、人数もそれほど多くなかった。練習環境としては恵まれていなかったが、私には1年以内に初段に合格し黒帯を締めるという明確な目標があったので、誰よりも一生懸命に練習に取り組んだ。もともと運動ができないので、なかなか上達しないし、試合に出ても惨めな負け方をすることが多かった。以前の自分であれば、すぐに部をやめてしまっただろう。(そもそも入部していなかっただろう。)それでも挫けずに、前向きに続けられたのは、目標があったからだ。少しずつできることが増えてくるにつれて柔道が楽しくなり、負けたくないという闘争心も育ってきた。試合で勝てるようになると、自分に自信をもつことができるようになった。そして、1年以内に昇段試験に合格するという目標を達成することができた。

中学校や高校で柔道をしている人は、初段を持っているのは当たり前で、特に誇るほどのものではないかもしれないが、何も取り柄のなかった私にとっては大きな成果だったのだ。人生で初めて自分で明確な目標を掲げ、それを達成するために計画を立て、一生懸命に、地道に、主体的に取り組んで達成した。その証が黒帯なのだ。

これは何ものにも替えがたい宝物である。

