

# こころ ころころ



第2号(2025)  
立山町立 雄山中学校  
相談室便り  
令和7年8月29日(金)

## 2学期が始まりました!

みなさん、夏休みはどのように過ごしましたか。2学期は体育大会、合唱コンクール等たくさんの行事があります。2学期も様々なことを体験し、充実した日々を過ごしてほしいと願っています。ただ、ときには思い通りにならないこともあるかもしれません。そんなときこそ「誰かに相談すること」を大切にしてくれたらうれしいです。

思春期になると、「もう大人になるから、悩みは一人で解決しなくてはいけない」と考えてしまいがちです。しかし、「ひとりで解決するのが大人」というわけではありません。悩みの中には、自分だけでは解決できないことがたくさんあります。そうしたときに、人に相談して悩みを打ち明けると、自分の考えを整理できます。また、自分にはない視点や新たな解決策が見つかるかもしれません。東京大学の小児科医で、ご自身も脳性麻痺のある当事者である熊谷晋一郎(くまがや しんいちろう)先生をご紹介します。

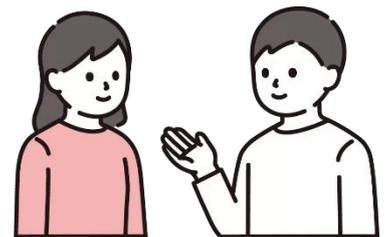
「自立」とは、依存しなくなることだと思われがちです。でも、そうではありません。「依存先を増やしていくこと」こそが、自立なのです。これは障害の有無にかかわらず、すべての人に通じる普遍的なことだと、私は思います。

東京大学先端科学技術研究センター准教授 熊谷 晋一郎

困った時は自分一人で解決するのではなく、誰かに話したり、頼ったりしていいんだということをみなさんに伝えたいです。

## SOSの出し方について考えてみよう!

9月8日(月)に富山国際大学の村上満(むらかみ みつる)先生をお招きし、「SOSの出し方」について講演会を行う予定です。誰かに話すこと、相談することの大切さを改めて学ぶ機会になればと思います。この講演を通して、みなさんには、自分を傷付けずに援助を求める「望ましい SOS」を発信する力を身に付けてほしいと思っています。



## スクールカウンセラー 武藤 眞巳子 (むとう まみこ)先生の来校予定

< 8・9月 >	< 10月 >	< 11月 >	< 12月 >
8/28(木) 12:30-16:30	2(木) 12:30-16:30	6(木) 12:30-16:30	3(水) 13:30-16:30
9/3(水) 13:30-16:30	9(木) 12:30-16:30	13(木) 12:30-16:30	4(木) 12:30-16:30
4(木) 12:30-16:30	16(木) 12:30-16:30	19(水) 13:30-16:30	10(水) 13:30-16:30
10(水) 13:30-16:30	22(水) 13:30-16:30	20(木) 12:30-16:30	11(木) 12:30-16:30
11(木) 12:30-16:30	29(水) 13:30-16:30		
17(水) 12:30-16:30			
25(木) 12:30-16:30			

生徒の相談はもちろん、保護者の方のご相談も受け付けています。電話での相談や来校されての相談等、それぞれの要望にお応えします。雄山中学校ではスクールカウンセラーが週1~2日程度勤務しています。心の問題全般について専門的な知識や経験を基に話を聞いてもらえます。相談を希望される場合は、事前に学級担任またはカウンセリング指導員の中谷(なかや)にご連絡ください。

連絡先 雄山中学校 TEL 076-463-1261