

# やすらぎ穴水だより

石川県教育支援センター  
「やすらぎ穴水教室」

〒927-0026  
石川県鳳珠郡穴水町大町リー78-2

tel / fax (0768) 52-2258  
E-mail anamio@ishikawa-c.ed.jp



新学期が始まり、街に児童・生徒の元気な姿が戻ってきました。それぞれが希望を胸に、新しい学年のスタートを切ったことと思います。

震災により、学校や家の環境が変わった児童・生徒がいるかもしれません。日常の生活を送る中で慣れないことや、漠然とした不安を感じる人がいることも考えられます。学校へ行きづらい気持ちの時、やすらぎ穴水教室を居場所として利用することもできます。気軽に問い合わせてみてください。

## 令和7年度 やすらぎ穴水教室スタッフ

室長	島崎 康一（穴水高校 校長）
副室長	高橋 昭夫（穴水高校 教頭）
相談員	長田弥十雄
指導員	高 行彦
SV（スーパーバイザー）	竹林 勇佑（公認心理師 臨床心理士）
SC（スクールカウンセラー）	西崎 伸子（公認心理師）
SSW（スクールソーシャルワーカー）	橋本 みすず（社会福祉士）

## やすらぎ穴水教室利用状況（令和6年度）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
来室相談	3		1			1						
出張相談	3	4	4	3	1	3	4	6	2	4	3	4
電話相談						1		2	1			
通室生		1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2

## 室長あいさつ

「やすらぎ穴水教室」室長に就任して今年度で3年目を迎えます、島崎と申します。

震災から1年3カ月が経過しました。皆さんは震災からの復旧・復興とともに歩んできた1年でした。避難所生活を経験した人、自宅が住めなくなってしまった人など、それぞれが多くの試練を乗り越えて今を生きています。私たちは、これまで県内外から多くの支援をいただいたことに、感謝の気持ちを持ち続けなければなりません。

若い皆さんは日々多くの悩みを抱え、もがき苦しんでいることと思います。

そんな皆さんに「幸せはいつも自分の心が決める」という言葉を贈ります。これは、相田みつをさんの言葉で、私の座右の銘です。

これまでも、これからも皆さんには、楽しいこと辛いこと、いろいろなことが待ち受けています。勉強で成績が伸びない。部活動でどれだけ練習してもなかなか上達しない、結果を残せない。そんなときは、「ああこれは自分を成長させてくれるためなんだ」と考えてみてください。ピンチの後にはきっとチャンスがあります。大きくジャンプするためには、しゃがまないといけません。高い目標に到達する為に、今はしゃがんで力を溜めているときなんだと考えてみてください。また、勉強と部活動を両立したいと考え、毎日の生活が忙しく、時間がいくらあっても足りないとプレッシャーを感じてしまうときは、「忙しいなあ、辛いなあ」と思うのではなく、「充実してるなあ、楽しいなあ」と考えてみてください。

そしてどうしてもうまくいなくて、心も体も疲れてしまったら、そんな時は、ゆっくり休んでから、進みましょう。失敗したら、またやり直せばいいのです。

「やすらぎ教室」は、文字通り生徒の皆さんに「やすらぎ」を提供する場所です。皆さんがリラックスして楽しい時間を過ごせることを、「やすらぎ穴水教室」スタッフ一同が願っています。

令和7年4月8日

やすらぎ穴水教室 室長 島崎 康一

## 令和7年度 4月～7月 やすらぎ穴水教室の相談日

(予定は変更になることがあります)

**SV 相談日: 4/21 5/19 6/16 7/14 (13:30～16:30)**

**SC 相談日: 4/10 5/29 6/5 7/3 (12:30～16:30)**

**SSW 相談日: 4/9 5/14 6/11 7/9 (13:00～16:00)**