

七尾中学校のみなさまへ

令和7年10月

## スクールカウンセラーだより

ようやく、朝夕に涼しさを感じられる季節となりました。今月は、校外学習や七中祭など、仲間と共に活動する行事が続きます。みんなで協力して課題を成し遂げたり緊張する場面を乗り越えたりと、立ちふさがる壁をクリアした喜びは、自分自身の自信や成長にもつながり、集団にとっても大きな収穫となります。

その一方で、大きな行事を成し遂げた後には、こころにぽっかり穴が開いてしまうことも少なくありません。後半には中間テストも控えています。栄養や睡眠をしっかりと取り身体の回復を促すとともに、日頃からこころのメンテナンスも忘れずに行っておくとよいですね。

【相談日】 月曜日 午後1時～午後5時  
火曜日 午後2時～午後5時

### — 『論語』より —

子曰く、「之を知る者は、之を好む者に如かず。  
之を好む者は、之を楽しむ者に如かず。」

「あることを知っているだけの人よりは、それを好きになった人の方が優れている。それを好きになった人よりは、そのことを楽しんでいる人の方がさらに優れている。」

どのようなことでも、知らなかったことがわかるようになると嬉しいものですね。それをさらに好きになれば、もっと嬉しいですよね。好きになって楽しむことができたら、それは最高に喜ばしいことです。

苦しいことにこそ、その中に喜びを見つけ、そしてそれを楽しむことで、自分の中に本物として身についていきます。

10月。みなさんの日々の努力が最高の実りとなるよう応援しています！