

そよかぜ

Sunshine Breeze

生徒版 第1号

2021. 4. 8 七尾高校教育相談課

自分のキャラを壊そう

『G 線上のアリア』などで知られる作曲家バッハには、養わねばならない子どもがたくさんいました。そこで、少しでも収入を増やそうと、本業とは別のアルバイトを積極的にしました。他の音楽家たちはプライドが高く仕事を選んでいましたが、バッハは依頼を受ければどんな仕事もやり、たとえば市の名士の葬式用の曲を作ったり、当時の最新の飲み物であるコーヒーの効用を讃えた『コーヒー・カンタータ』のようなCMソングも作曲したのです。そして、これらの幅広い仕事が様々な作曲家に影響を与え、のちに「音楽の父」と呼ばれるほどになりました。

自分で自分のイメージを固定してしまうと、可能性を閉ざすことになります。これまで経験していない分野にも、積極的に挑戦してみましょう。

水野敬也・長沼直樹「人生はニャンとかなる！ 明日に幸福をまねく68の方法」

『ポジティブに相談』のすすめ：スクールカウンセラー 竹林勇祐先生

はじめましての方ははじめまして、そうでない方はこんにちは。前年度から引き続き、今年度もスクールカウンセラーをさせていただきます。竹林勇祐と申します。



ところで、皆さんは相談するということをどう考えていますか？ 困りごとがあるとき、「自分自身で解決すべきことだからする必要はない」「人に相談するなんて恥ずかしい」「相談するなんて弱いからだ」といった考えの人もいるかもしれません。もちろん、そういった考えもあって良いと思うのですが、別の考えも持ってほしいと思います。例えば、「相談することでさらに良い方法が思いつく」「違う視点を提供してもらえる」「ストレスマネジメントの一環になる」といったように、相談をポジティブに捉える考えです。

困りごとといえば、コロナウイルスに関しても、影響はなかなか落ち着くことなく、直接的、間接的にストレスを感じている人も多いのではないのでしょうか。「友人と会いづらくなった」「アーティストのライブに行けなくなった」などといったことがあるかもしれません。その一方で、「家族との時間が増えた」「ネットで遠くのライブ配信が見られるようになった」など、良い面も探してみてもよいのではないのでしょうか。

話が少しそれましたが、皆さんには、できれば相談するということをネガティブに捉えず、自分をより良くするものと捉えて、相談室も含め、積極的に色々な人に相談してもらえたら良いと思います。高校生活は、楽しいことも大変なこともあるかもしれませんが、応援させていただきます。皆さん、よろしくお願いいたします。

竹林先生の来校日は原則毎週月曜日です。先生と話をしてみませんか？



今年度の担当者紹介



栞田 真里

家庭科 14H副担任 茶道部 華道部

「チーム七高」に仲間入りして、4年目となりました。

2階の隅っこにある「家庭準備室」に、一人でいます。心がちょっぴり疲れた時の居場所として「家庭準備室=小さな相談室」を利用してください。授業に支障が無い、休み時間や放課後、誰でも来室ウエルカムです。話すことや、相談したいことが無くても、ちょっとした居場所を提供いたします。

「小さな相談室」で、お待ちしております。よろしくお願いいたします（栞田♡）

中山 昌美

地歴公民科 31H副担任 郷土研究部

病気やケガなど体調の悪い時は保健室で手当てをしてもらいますよね。

ちょっと心がスリ剥けちゃってばんそうこうが欲しいと思ったら、相談室に来てみてください。カットバン、バンドエイド、リパテープ、サビオ、キズバン……いろいろ取り揃えておきますね。全部おんなじじゃんって突っ込まれそうですが。



森 春菜

英語科 35H副担任 ソフトテニス部・文芸部

今年度は教育相談室に引っ越しました。この時期は旧クラスとのお別れを惜しむ人、新クラスに緊張する人もいると思いますが、新しい環境に移るのは、新しい居場所を作るきっかけでもあります。教室でも部活動でも（あるいは校外でも）、自分が落ち着いていられる居場所があれば、休憩したり自分を見つめ直したりすることができます。もし必要ならば、教育相談室がそういう居場所になりますよ。

教育相談！ と固く考えずに「ちょっと話を聞いてもらいたいな」というような時でも、気軽に相談室をのぞいてみて下さい。教育相談室は管理棟の2階、少し奥まった場所にあるため、人目を気にせず利用できます。相談内容は、成績のこと、部活のこと、友人関係などなど…。同じく2階にある家庭準備室も、「小さな相談室」として皆さんの相談を受け付けています。

相談の内容は許可を得ずに他言することは決してありません。また、相談したことによって学校生活に支障をきたすこともありません。安心して何でも相談してください。

シリーズ34 先生に聞く

今年度の第1回は、英語科の福原和樹先生にお話をお聞きしました。



○高校時代は？

勉強と部活の両立を目指して常に苦労していました。

群馬県の出身なので、高校は男子校でした。群馬県の公立進学校は大半が男女別学です。鉄道が好きなので、鉄道研究部という部活に所属していました（石川県には泉丘にしかないそうです）。楽な部活のようですが、文化祭や地域のイベントで自作のジオラマを展示する関係で、夜遅くまで活動していたこともありました。

勉強面では、理科・社会で大変苦労した記憶があります。もともと覚えるのが得意ではなかったので、それが最後まで足を引っ張る形になってしまいました。得意な英語でカバーしようとしたのですが、うまくいかず、センター試験後に志望校を変えることになったのが心残りです。

○大学時代は？

教員になりたいという思いが入学前からあり、その意志は変わることなく今の仕事に結びついています。もともと本を読む習慣がなかったので、卒業論文では取ってアメリカ文学をテーマにしました。あまり知られていないアメリカ南部についてこの機会に知ることができ、見聞が広まりました。

「大学時代は人生の夏休み」と言われますが、本当に楽しい4年間でした。自分もそうですが、全国から人が集まっているので、情報網が広がります。今でも遠くまで会いに行きたくなるような友達と出会うことができました。

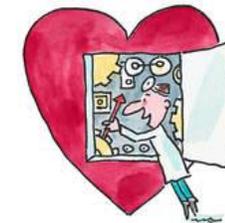
○先生の信条は？

色々大変なこともあります。常に前を向くようにしています。未知のことはたくさんありますが、不安に思っているでも仕方ないので、わからないことはすぐに周りに相談するようにしています。人に頼ることは大切だと思います。

○七高生に伝えたいことは？

やれることを何でも積極的に取り組んで下さい。時には人とぶつかることもありますが、自分の意思を持つことも、時には譲ることも大切です。高い能力を持っているみなさんなので、青春を満喫して最高の3年間を過ごして下さい！！

困ったときは、相談を!!



◆七尾高校教育相談課

電話 七尾高等学校 0767-52-3187
担当 中山昌美・栞田真里・森 春菜

面談希望の場合 管理棟2階教育相談室へ

(事前に電話でお問い合わせください。)

◆学校以外の相談機関

学校以外の相談機関に相談したいという場合は、下記のような相談機関がありますので、利用してください。相談時間は、ほとんどが平日の9時から17時までです。保護者の方も、生徒の皆さんも相談できます。

○面談による相談機関

石川県教員総合研修センター（生徒指導教育相談担当）	(076) 298-1682
石川県中央児童相談所	(076) 223-9553
石川県こころの健康センター（相談課直通） （こころの相談ダイヤル：24時間対応）	(076) 238-5750 (076) 237-2700
金沢法務少年支援センター（小立野青少年相談室）	(076) 222-4542
やすらぎ羽咋教室（県立羽松高校内）	(0767) 22-0345
やすらぎ穴水教室（穴水）	(0768) 52-2258
やすらぎ七尾教室（県立七尾城北高校内）	(0767) 53-2296

各やすらぎ教室では、臨床心理士による相談会を月に複数回実施しています。
詳しくは各やすらぎ教室または七尾高校教育相談課までお問い合わせください。

石川県七尾児童相談所 (0767) 53-0811

【189 いち早く】 189番にかけると最寄りの児童相談所につながります。

石川県発達障害者支援センター (076) 238-5761

その他国立・公立・私立病院、大学病院などの心療内科・精神科など

*いずれも事前に電話でお問い合わせください。

○電話による相談機関

県家庭教育電話相談（教育委員会生涯学習課）	(076) 263-1188
羽咋市子どもと保護者の相談電話（教育委員会生涯学習課）	(0767) 22-6914
オアシスライン（七尾市教育委員会）	(0767) 52-0783
24時間子供SOS相談テレホン（石川県教育委員会）	(076) 298-1699
いじめ110番（フリーダイヤル24時間対応）	0120-61-7867
チャイルドラインいしかわ	0120-99-7777
（毎週月曜～土曜夕方4時～夜9時 石川県内の18歳以下の人が対象）	
24時間子供SOSダイヤル（フリーダイヤル）	0120-0-78310

○その他石川県のホームページに「教育相談お問い合わせ一覧」があります。