

# 石川県教育支援センター

## やすらぎ加賀通信

第156号 2024/12/13

かもまるくん  
ですっ。



加賀市標章

### 相談状況

今年も残すところ、あと僅かとなりました。やすらぎ加賀教室では、相談内容に応じて、SV・SC・SSWと連携し、丁寧に細やかな対応を心がけてきました。

今年度の相談数の合計は昨年度とほぼ同じです。3学期に入っの、卒業や進級に関する相談は、できるだけ早期をお勧めいたします。

	来室相談	訪問相談	電話相談	合計	通室生徒
10月	19	1	1	21	0
11月	14	4	1	19	0

#### SV 新谷先生の相談日

1月 (17日・24日)

2月 (7日・21日)

3月 (14日)

時間 午後2時30分～4時30分  
(全て金曜日)

#### SC 西崎先生の相談日

1月 (28日)

時間 午前8時30分～12時30分

### 『学校に行けない子どもについて考える保護者の会』

11月22日(金)19:00～20:30 於:加賀市市民会館 2F 会議室

金沢大学准教授の原田克巳先生の『学校に行けない子どもとの関わり方』と題した講演の後、懇談・相談会が、実施されました。雨天の中、4名の参加者がありました。

後半の懇談・相談会では、保護者の日ごろの悩みや、子どもへの関わり方について、話し合いがもたれました。中学生や高校生、それぞれ個に応じて、カウンセラーから具体的なアドバイスをいただきました。参加された保護者にとって大変有意義な時間になったと思います。



## 加賀フレンドシップ

本年度の加賀フレンドシップは、金沢大学の学生1名の希望がありました。11月1日（金）に初顔合わせがあり、来年1月末まで週1回の活動を、加賀市内の中学校で実施することになりました。



## SVからのひとこと

やすらぎ加賀教室スーパーバイザー 臨床心理士 新谷 真由 先生

TFT（Thought Field Therapy®）というものをご存じですか？

特定の場所を、自分でトントンとタッピングすることで、不安やイライラした気持ち、身体の痛みなどを改善していく方法のことです。（詳しくは、日本TFT協会のホームページをご覧ください）

TFTの中でも取り入れやすいものをご紹介します。PRという場所をトントンする方法です。PRは手のひらの横の真ん中のあたりです。空手チョップをするときの場所ですね。左右どちらの手でもいいですし、両手でもいいです。

脳に効くので、テストでのケアレスミス、イライラしたりマイナス思考になってしまう時、せつかに動いてしまう時に効果的と言われています。気になった時にトントンしてみてください。

