



# ラインボー

URL <http://www.ishikawa-c.ed.jp/~ushouh/yasuragi/>

TEL・FAX 0767-22-0345

暖冬が続いていましたが、1月下旬に能登では大雪となり、交通機関も混乱して多くの学校が休校となりました。やすらぎ羽咋でも駐車場が雪に埋もれ、昼に除雪車が入るまで身動きがとれない状況でした。皆様方にはいかがでしたでしょうか。

これはある意味で良いことなのでしょうが、やすらぎ羽咋教室では10月以降通室生のいない日が続いています。相談はあるのですが通室には至らないようです。思春期の生徒さんには、学校生活やその他の悩みを抱えている者も少なくないのではないかと思います。周りの人に相談したり自分自身で解決したりできれば良いのですが、そうでない場合、やすらぎ教室に相談するのも一つの方法だと思います。不登校とかそういう重たい問題ばかりでなく、ちょっとした悩み事についても気軽に相談できる場所だということを紹介していただければと思います。

## 月別相談延べ回数

2月の相談件数は22日現在

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	合計
来所相談	6	11	11	13	1	13	9	10	7	11	8	100
訪問相談	0	3	10	2	3	0	6	0	8	0	0	32
電話相談	5	0	2	0	0	1	2	3	1	0	1	15
合計	11	14	23	15	4	14	17	13	16	11	6	147

## ○ 和菓子づくり (2/22)

「おだまき」で有名な宝達志水町の「谷口菓子店」の谷口義則氏を講師に招き「和菓子づくり」体験学習会を行いました。寒椿・朝顔・桜花・牡丹・小菊・手鞠という六種類の季節感あふれる上生菓子を、材料の説明を聞き、作り方のポイントを実演していただきながら、受講者それぞれが一つ一つ丁寧に作り上げました。

今回は残念ながら通室生の参加はありませんでしたが、各教室からスタッフ6名が参加し、和菓子づくりを通して交流をしました。



最初、寒椿から教えていただきました



講師の先生の説明をしっかりと聞いて



真剣に取り組んでいます



これは講師の先生が作ったものです

「やすらぎ羽咋研修会」で行った感受性訓練についてご紹介します。職場で試されてみてはいかがでしょうか。

### 【ブラインドウォーク】

2人一組になり、1人が目をつぶって、もう1人が誘導して歩きます。視覚を奪われる時、どのような不安を体験するのか、他人に全面的に依存するということがどれだけ難しいかということを経験します。不安で押しつぶされそうな時、どうして良いか分からない時、心はブラインド状態になっているかもしれません。周りが見えなくなってしまう不安や恐怖を体験するだけでなく、そのような人に安心感を持ってもらうには、どのような工夫ができるのかを考えるきっかけになるワークです。



### 【見つめ合い】

沈黙して、互いの視線をそらすことなく、どれほど見つめ合うことができるか、ということを経験してもらうワークです。視線をそらしたり笑ったりした時点で終わりです。じっと見つめ合って下さい。目と目を合わせるといのは意外と難しいです。目力というものを感じて下さい。生徒さんと面談する時、対面ではなく90度くらいの角度で座ったり、ちょっと視線をそらす物を置いたりして、視線を逃すことのできる工夫があると良い場合もあります。



### 【背中合わせ】

背中合わせで座り、お話をします。お互いに背中体温とか声の振動とか体の動きとか、そういうものを感じながら話をして下さい。体の振動や体温が伝わってくることで、安心して、話すことができ、関係がほぐれてくることもあります。



### 【集団の外に出さない】

10人一組のワークです。1人だけ中に入ります。周りの人は輪になり、中の人を出さないようにします。中の人には外に出ようとして、「閉じ込め」による集団の圧力や集団の緊張感を感じてもらいます。中にいる人のことも観察して下さい。いじめがあった時、「いじめなんかなかったよ。楽しそうに遊んでいたよ。」というコメントを時々聞きます。いじめは傍から見ると遊んでいるように見えることもあります。自分が辱められる体験をした時やちょっと嫌な時、自分の感情を隠す時にも人間は笑います。外から見ると遊んでいるように見えるかもしれません。外の人でもだんだん楽しくなってきて連帯感みたいなのが出てくる。いじめる側の密かな楽しみや連帯感を体験してもらうワークです。



### 【天国に昇天】

最後は、これも10人一組のワークです。1人が寝転がり、残りの9人が一斉に真ん中の人を持ち上げます。他人に身を任せることの体験です。人を信じて自分の身を任せることの不安と本当に信じられた時の安心感の深さを体験してもらいます。

