



石川県教育支援センター やすらぎ羽咋通信第60号 令和3年3月発行
 〒925-0021 石川県羽咋市吉崎町ラ1番地2(羽松高校内)
 TEL・FAX 0767-22-0345
 URL <http://www.ishikawa-c.ed.jp/~ushouh/yasuragi/>

邑知潟のコハクチョウも北に旅立ち、いつもどおり春が到来しました。今年の冬は大
 雪で難儀した分、春の訪れをことのほか待ちわびましたが、陽気な中にもなんとなく閉
 塞感があります。

さてこの一年、SV、SSW、SCの先生方には、さまざまな悩みと関わっていただ
 きました。すべてのケースにおいて、コロナの影響が明白なわけではありませんが、コ
 ロナによる学校生活や家庭生活の変化が、子どものこころに何らかの変化を強いたこ
 とは間違いのないところです。「予測が困難な時代」と言われたり、「正解のない時代」
 と言われたり、なにか急かされているような社会にあって、さらにコロナが加わったこ
 とで、ストレス格差も大きくなっている気がします。

子どもたちの不安、家族の不安、学校の不安、その軽減にほんのわずかでもお手伝い
 ができればと思っています。気になる生徒への声かけ、ご利用をお待ちしています。

今年度の月別相談状況

相談件数については、昨年度（178件）と比べると、減少しています。月別の推移
 については、6月以降増加して11月から減少していくという、例年の傾向と同じよに
 推移しました。一斉臨時休校のため4月・5月は非常に少なく、休校明けの6月になる
 と相談が急増し、7月・10月が特に多くなっています。種別としては、昨年度比で出
 張相談と電話相談が増加しました。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
来所相談	0	3	6	13	1	5	13	4	4	3	5	1	58
出張相談	0	0	1	5	4	2	5	0	0	1	0	0	18
電話相談	2	5	15	5	2	12	8	6	7	9	5	0	76
合計	2	8	22	23	7	19	26	10	11	13	10	1	152

「オフの時間」 やすらぎ羽咋教室 室長 木田 肇

私が日本に来て一番怖かったのは、日本社会では、どこに「オン」と「オフ」があるかがわからないことだった。学びも仕事も、いや交遊や趣味でさえ、一律のフレームの中で懸命に取り組む人たち。「どこでリラックスするの？」と問いたくなると、アフリカ出身の京都精華大学学長「ウスビ・サコ」氏は言う。人は与えられた物差しに自分を当てはめるのではなく、自分を見つめる「オフ」の時間の中でこそ、個として成長するのにと。(『サコ学長、日本を語る』より)

完璧(100%の満足)を求めて努力することは大切ですが、現実社会では夢や希望がすべて叶うことなどあり得ません。理想と現実のギャップにうまく折り合いをつけることが、不透明な時代を生き抜く術ではないでしょうか。他の用事を後回しにしてでも、「オフ」の時間を優先してください。つらくて苦しい時は、一時的に現実逃避すればよいのです。「やすらぎ羽咋教室」は、いつでも「オフ」の時間を手に入れる環境が整っています。

「コロナ禍にあって」 やすらぎ羽咋教室 スーパーバイザー 田幡 啓子

この一年、私たちの周りからコロナが消えてくれることはありませんでした。そのことをみなさんは、どのように感じながら過ごしてこられたのでしょうか。インドア派の私としては自粛を苦痛と覚えることはありませんでした。しかし、日を重ねるごとに気分が沈んだり、不安になることが増えていきました。生活様式が著しく変わったわけではないけれど、毎日流れるコロナのニュース、人々との会話、そこから醸し出される見えない空気についての間にまかれていたのでしょうか。

今年相談に来られた方たちの中に、コロナが直接的な原因でなくても影響を受けておられるのではないかとと思われるケースがいくつかありました。もし、自分も影響を受けているかもしれないと思われる方がいらっしゃったら、情報を一旦遮断したり、積極的に心身を休める等の対策を取っていただきたいと思います。どんな時も心身の健康を保つよう意識していただけたらと願っています。

やすらぎファームの一年

「やすらぎファーム」は、体験活動の場としての菜園と花壇です。今年度は、野菜作りに関心を持つ通室生と一緒に野菜を栽培し、その収穫物を食材として調理実習することができました。体験活動をとおして通室生が日々明朗に活発になっていってくれたことは幸いでした。

