

やすらぎ金沢通信 6月

☆URL <http://www.ishikawa-c.ed.jp/yasuka>

☆E-mail yasuka@ishikawa-c.ed.jp

☆Tel 076-243-1612 ☆FAX 076-243-1663



道端の紫陽花が日に日に色づきはじめました。空模様が気になる毎日ですが、雨に濡れた紫陽花はことのほか美しく、道行く人の目を楽しませてくれます。

新型コロナウイルスの影響で休校となっていた学校が再開し、従来の日常生活が戻りつつあります。とはいえ学校では感染予防に向けてマスク着用や消毒の徹底、各種行事の変更など、子どもたちは今までにない学校生活を送らねばなりません。休校の長期化による生活習慣の乱れや、集団生活への不安を抱えている生徒も少なくないでしょう。「やすらぎ金沢教室」では、学校・保護者・関係機関と連携しながら、生徒の支援をしていきます。また今月から医療相談会も始まりますので、ぜひご活用ください。

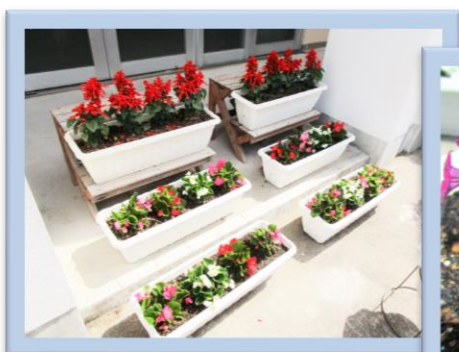
5月相談状況

4月1日～5月31日（昨年度件数）

月	来所相談	出張相談	電話相談	合計	通室
4月	3(26)	0(0)	10(12)	13(38)	0(0)
5月	10(44)	0(19)	20(14)	30(77)	0(0)

やすらぎ金沢教室の玄関先ではプランターの花々が見頃です。

今月は野菜の苗を植えます。



ていねいに土づくりをすると花の咲き方が違います！水やりをしながら生き生きとした花を見ていると、「育てる」とときには、「土壌」が大切なんだなあ～とつくづく思い知らされます・・・。



医療相談会

・時間 14:00～16:00 ・相談は**予約が必要**です

期 日	担 当
6月 4日 (木) 第1回	岡田
6月18日 (木) 第2回	柏谷
6月25日 (木) 第3回	
7月 2日 (木) 第4回	
7月 9日 (木) 第5回	
7月16日 (木) 第6回	
7月30日 (木) 第7回	

コロナウィルスの影響で、予定が**変更**になりました。詳しい年間予定は別紙「医療相談会」日程 **5.20 改定版**をご覧ください。

心や身体に悩みや不安を感じるけれど、病院へは…と思うことはありませんか？そんなときは、医師、臨床心理士の先生に相談できる医療相談をぜひ利用してみてください。

アドバイザー

★医 師

岡田淳夫先生（松原病院）

★臨床心理士・公認心理師

柏谷真由美先生（金沢医科大学病院）



SSW への相談

- ・ 日時 医療相談と同じ日程 ・時間 13:30～16:30
- ・ SSW 社会福祉士 上野幸子先生

SSW(スクール・ソーシャル・ワーカー)は生活支援アドバイザーとして「児童生徒を取り巻く環境」に対して困っている場合、その問題解決を図るための専門家です。“家庭の問題”や“福祉の対応が迫られる問題”などの相談がこれにあたります。やすらぎ金沢教室にも SSW の先生が配置されていますので、お困りのことがあれば お気軽にご連絡ください。

☎ 各種相談予約・問い合わせ : 「やすらぎ金沢教室」まで電話または FAX でお願ひします。

学校が再開
しましたが…

こども も 大人も “不安”は あたりまえ。



「フランクルの言葉」

『夜と霧』(V・E・フランクル みすず書房) p99

異常な状況においては異常な反応がまさに正常な行動であるのである。

不安は自然に湧いてくるもので、コントロールしにくい感情です。

そのため、問題にすべきは「不安」そのものではなくて、意識のチャンネルをどこに合わせるかということです。例えば、再開した学校生活への不安があるとしても、コロナ禍が起こってしまった以上その不安を簡単に解消することはできません。不安を抱えたままで良いし、それがあたりまえです。

そして、不安に意識のチャンネルを合わせるのではなく、今やるべきこと(学習やスポーツやできる範囲での友達との交流、規則正しい生活など)に集中していくことが大切です。フランクルの言葉を借りれば、「不安を“異常”とみなし、あせって取り除こうとすること」は、今の状況ではむしろ不自然なことと言えるのではないのでしょうか。

