



レインボー

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

TEL・FAX 0767-22-0345



今年も残すところあとわずかとなりましたが、皆様方にはいかがお過ごしでしょうか。今年の冬は、気象庁の予報では平年より寒くなるということでしたが、今のところ温かい穏やかな日が続き、防寒グッズの出番も少ないようです。

現在、やすらぎ羽咋教室に2名の生徒が通室しています。2名とも新しい環境の下、次のステップに向けて一步を踏み出しています。学校復帰のために生徒・保護者に寄り添って支援していきたいと思っています。

8月以降の相談状況（12月は16日現在）

	8月	9月	10月	11月	12月	4月以降計
来所	0	14	16	14	4	89
出張	0	0	2	0	0	16
電話	1	3	6	9	2	35
合計	1	17	24	23	6	140

昨年度に比べ、相談件数は少し増加しています。今までのところ高校生以外の相談はほとんどありませんが、スーパーバイザーの相談については小中学生も対象としていますのでお気軽にご相談下さい。スタッフ一同、今後も支援内容の充実に努めていきたいと思っていますので来年もよろしくお願いします。

今後のスーパーバイザー相談日のご案内

◇スーパーバイザー：村松 朋子 先生（金沢大学助教 臨床心理士）

◇対象：児童・生徒、保護者、教職員

◇受付：相談を希望される方は、事前にやすらぎ羽咋教室へご連絡ください。

希望者が多い場合、相談日や時間を調整させてもらうこともあります。

TEL&FAX(0767)22-0345

◇今後の相談予定日

- ⑮ 1月12日(木) 13:00～17:00
- ⑯ 2月23日(木) 13:00～17:00
- ⑰ 1月26日(木) 13:00～17:00
- ⑱ 3月 2日(木) 13:00～17:00
- ⑲ 2月 9日(木) 13:00～17:00
- ⑳ 3月 9日(木) 13:00～17:00

○ 羽松祭（文化祭）（11／3）

11月3日の「文化の日」に羽松祭が開催されました。やすらぎ教室も参加し、羽松高校PTAバザーのお手伝いをしました。通室生も販売や会計の仕事を頑張ったため、羽松高校の保護者の方々からとても感謝されました。通室生にとって、いろいろな人と交流できた楽しい一日でした。



○ やすらぎ羽咋教室研修会（12／1）

当教室のスーパーバイザー村松朋子先生と金沢大学の小笠原知子先生を講師に「ストレスマネジメントとセルフケア」というテーマで研修会を行いました。約30名の教員、関係施設職員、保護者の参加があり、村松先生の「子ども・若年者の自殺予防」の報告後、小笠原先生の講演と体験活動を行いました。参加者の感想には、

- ・ストレスが悪いものとは限らないことを改めて認識しました。
- ・ストレスとの付き合い方をとても考えさせられました。呼吸に注意を向ける瞑想をやってみようと思いました。
- ・忙しい毎日を過ごす生徒や教員のみなさんが自分のことに集中し、今を受け入れる時間を持つことはなかなか難しいと感じます。それでも必要な時に実践できるよう心がけたいです。

やすらぎ羽咋教室研修会



（村松先生の報告）



（小笠原先生の講演）



（ストレス耐性度チェック）



（マインドフルネス瞑想）

などというものがあり、有意義な研修会になったのではないかと思います。講演の詳細については、例年のように本教室が作成する「教育相談概況」にのせて後日お送りする予定です。

※ 12月29日（木）～1月3日（火）は閉室です。

今年はスポーツの祭典、オリンピック・パラリンピックがリオデジャネイロを中心に開催されました。残念ながらサッカー女子「なでしこジャパン」はアジア最終予選を突破することができず、出場できなかったことは非常に残念でした。2011年の女子サッカーワールドカップで世界一に輝いた、元「なでしこジャパン」のキャプテン「宮間あや」選手は小学校1年から3年まで不登校であったそうです。学校には行けなかったが大好きなサッカーを小学校1年に始め、高校卒業後もアルバイトをしながら地方のクラブチームで練習を続けました。その後日本代表チームに入り、遂に世界一になりました。人生はわからない。「小さいことを重ねることがとんでもないところに行くただ一つの道だ」（イチロー）。

やすらぎ羽咋教室 室長 近岡 守