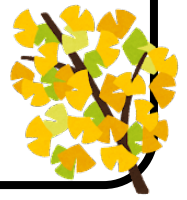




さわやか相談室だより



令和5年11月2日発行 第7号 行田市立南河原中学校
さわやか相談室（直通）048-557-0302

先月の校内音楽会では、素晴らしい演奏を聴かせていただきました。朝や昼休み、放課後にも練習を重ねたことで、仲間との絆がさらに深まったことでしょう。あらためて南中パワーを感じました。今回の経験を、これからの学校生活に活かして行ってほしいな、と思います。

「塩少々」って、どのくらい？

料理のレシピを見ると、「塩少々」という言葉がよく使われていますが、どのくらいだと思いますか？

この質問に、料理研究家の土井善晴さんは、「**ちゃんと手に取って、目で見て、これくらいでいいと思うことが大事。時には失敗もしながら試行錯誤をすることで、適量がわかってくる。手の大きさも指の太さも、使う塩の粗さやしょっぱさもみんな違うから、自分のひとつまみでいい。そしたら自分の基準ができる。別に他の人と共有しなくてもいい。**」と答えています。

これらの言葉には、私たちの日常生活にも十分通じるものがあると感じました。

「これはどうしたらいいかな」と思ったら、他人と比べずにいろいろと試してみましよう。その中で、ベストと思える方法を見つけたら続けてみてください。途中でうまく行かなくなったら、別の方法で試して、クリアできたら改良していくと、「自分の基準」に近づいていくでしょう。



しかし「うまく行かない」と不安になったら、欠点ばかりに目を向けるのではなく、「自分にできるベスト」を尽くすように心がけてください。向上心と粘り強さを見失わないことで道は開けていき、その姿はきっと周囲の人たちに伝わり、自信の回復につながると思います。

とにかく「やってみなきゃわからない」のです。まずは、小さなことからチャレンジしてみてもはどうでしょうか。

スクールカウンセラー来校日

【11・12月の予定】

11月 7日(火)・28日(火)

12月 12日(火)

山田先生にお話を聞いてもらいませんか？

保護者の方は事前に電話にて御連絡ください。

生徒のみなさんは昼休み・休み時間に相談室へ来てください。



相談員のひとりごと

今年の冬は、暖冬傾向にあると発表されました。

みんなはうれしい？

それとも残念？

「四季」という言葉が薄れてしまいませんかように。

