

厳しい寒さが続いています。皆様いかがお過ごしでしょうか。寒い中にも、あちこちの梅のつぼみが膨らみ始め、少しずつ春の息吹を感じる今日この頃です。インフルエンザ等も流行っていますので、体調管理には十分注意して下さい。

翼を守る会

今月は12日(火)の午後1時30分からです



1月の「翼を守る会」では、色紙作りをしました。自分の好きな「字」や「ことば」を思い思いの字体で書いていきました。出来上がりに一喜一憂、みんなで批評し合いながら楽しい時間を過ごしました。

この会は、宿毛市に住んでいる不登校や不登校気味な児童・生徒の保護者の方との会です。保護者の皆さんや家族は、他人には計り知れない悩みや苦悩があると思います。この会は少しでも心の負担が軽くなればと願って出来た会です。肩苦しい話し合いではありません。手芸作品などを作ります。手作業をしながら語り合いませんか。語り合うことによって気持ちが楽になることもあるかもしれません。



2月の心のポケット



「いいところ探しのコツ」

藤川 優希子スクールカウンセラー

だれかのいいところを見つけるのは得意ですか？

家族や友だちなど、身近な人のいいところって、いくつうかんでくるでしょう？

最近、耳にするようになってきた「ペアレント・トレーニング(名前は難しいですが、親子のコミュニケーションをより豊かにしようという考え方とやり方)」というものの中に、いいところ探しのコツが紹介されています。日々の中で、その人がしている「これからも続けてほしいこと」は、そのままその人のいいところになるということです！例えば、「朝起きること」や「着替えること」は、当たり前のことのようですが、これからも続けてほしいことですし、(やめてほしくはないですね)、「おはようあいさつすること」や「えんぴつを持つこと」なども、当たり前のようにやっていることかもしれませんが、今後もやめずに続けていってほしい、その人のいいところということになります。

その人は、「朝起きることができ、着替えることができ、おはようあいさつすることもでき、さらに、えんぴつを持つこともできる〇〇さん」なのです。

こうしてみると、自分にもいいところがいっぱいあるのかも・・・？

ではまた・・・





子どもに関することを専門のカウンセラーに相談することができます。教育相談センターでは保護者の皆さん、児童・生徒、先生方を対象にカウンセリングを実施しています。

本年度は、毎週火曜日と水曜日を定期的な相談日としています。相談できる時間帯は下記のようになります。相談時間はお一人約50分です。何か悩み事や相談事があれば、ぜひご相談下さい。

カウンセリング時間予定 午前・・・ 9：00～12：00

午後・・・ 14：00～16：00

専任カウンセラー 藤川 優希子SCさん

教育相談（カウンセリング）

相談センター所在地（教育委員会内）

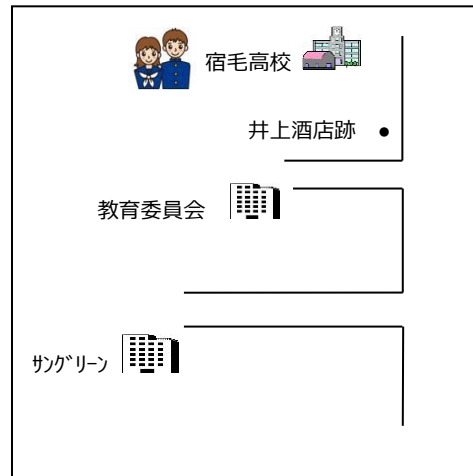
【 日程 】

- ・ 2月 5日 (火)
- ・ 6日 (水)
- ・ 12日 (火)
- ・ 20日 (水)
- ・ 26日 (火)

* 開設時間
9：00～12：00
14：00～16：00

* 各日5枠、1枠の時間は約50分

* 連絡先 ☎ 63-1127
教育相談員 原



“教育相談” と聞けば、何か重い印象をもたれるかもしれませんが、子どもさんに関して気になること、悩み事、不登校に関する事等々・・・気軽にご連絡、ご相談下さい。きっと何かヒントが得られると思います。

それ以外の一般相談は、電話でも来所（9:30 - 16:30）でも随時可能です。

暮らしの歳時記

【子どもに伝えたい 節分】・・・和の行事を楽しむ絵本
三浦康子著 永岡書店より



節分は「季節の分かれめ」という意味で、本来は立春、立夏、立秋、立冬の前日のことをいうので年に4回あります。

でも今は、立春の前日だけをさすようになっていきます。これは、旧暦では一年が春から始まり、立春は正月と同じくらい大事な日なので、立春前の節分は、年の分かれめをかねた特別の日とされたからです。