

山武市立山武望洋中学校

なごみだより

令和7年12月

みなさんこんにちは。12月になり冬の訪れを感じるようになりました、みなさんの心と体のバランスはいかがでしょうか。なごみルームは、みなさんが安心した中学校生活が送れるように寄り添い、心のサポートをしていきます。悩みや不安があるときはひとりで抱えずに、相談をしてくださいね。ちょっとおしゃべりがしたいなと思うときも是非ご利用してください。お待ちしております。

火・水・金曜日…心の教室相談員 岩澤

木曜日…スクールカウンセラー 江波戸



なごみルーム12月の予定

月	火	水	木	金	土	日
1	2 岩澤	3	4 岩澤・江波戸	5 岩澤	6	7
8	9 岩澤	10 岩澤	11 江波戸	12 岩澤	13	14
15	16 岩澤	17 岩澤	18 岩澤・江波戸	19	20	21
22	23 岩澤	24 岩澤	25	26	27	28
29	30	31				
なごみルームの前にも今月の相談日の予定を掲示してあります						

相談したいときは…保健室の小関先生や担任の先生、教頭先生、その他の先生、誰にでもよいので「相談員、またはスクールカウンセラーと相談がしたい。」と希望を言って予約を入れてもらいましょう。私たちに直接「今日、相談がしたい。」と伝えるのも良いです。

保護者の皆様へ

なごみルームでは保護者の皆様のお子様に関する心配なこと、不安なことに対するご相談も受け付けております。面談をご希望の方は、学級担任、養護教諭、教頭を通じてお申し込みください。

山武望洋中学校（0479-86-4411）

山武望洋中の皆さん、こんにちは。今年も残すところ、あとひと月足らずとなりました。寒い日が続くので、風邪を引かないようにしましょう。

さて、皆さんは「コミュニケーション能力」という言葉を聞いたことがありますか。人が生きていく上で、必要な力だと言われています。その力が日々の生活の中で、培われているというお話をします。

エピソード① 私が声をかけても、きょとんとして挨拶の返ってこないAさんでしたが、先日初めて、「さようなら」と返してくれました。私はとても嬉しかったです。コミュニケーションの第一歩は「挨拶」です。

エピソード② ある雨の帰りに、「先生、大変です」とBさんが私に声をかけてきました。「どうしたの?」と聞くと、傘がないので濡れてしまうとのこと。私は即、Bさんに傘を貸すことにしました。私は〇〇で困っていますと、Bさんが伝えてくれたから、傘を貸すことができたのです。自分の困っていることを言葉にして伝えるのは、大切なことです。

エピソード③ 洗面所で歯磨きをしたときのことです。先にいたCさんが「こんな所に置いてすみません」といって、私の鏡の前に置かれていた、Cさんのファイルを片付けてくれました。気配りのできる子だなと感心していると、歯磨き中も楽しい話題を振ってくれて、5分ほどの時間でしたが、ほっこりしました。相手に気遣いができるのは、高度な力です。

エピソード④ 二学期から給食の食器の片付け方が変わりました。箸の返し方が分からずDさんに聞くと、「ここを持って、押して」とやり方を分かりやすく、教えてくれました。大人の私でも、「片付けておきます」と声をかけるのが精一杯なのに、分かりやすくやり方まで教えてくれるというのは、すばらしいコミュニケーション能力の持ち主だと思いました。

最後にもう一つ、皆さんに伝えたいことがあります。それは、「己所不欲、勿施於人」(己の欲せざるところ、人に施すことなかれと読みます)なごみルームの掛け軸に書かれている言葉で、自分が言われたりされたりして嫌なことは、人にしてはならないという孔子の教えです。挨拶と共に、コミュニケーションの基本だと私は思います。

窓の外は冷たい北風が吹いていますが、相手を思いやる心は何より温かいものですね。エピソードに登場いただいた皆さん、有り難うございました♡



心の教室相談員 岩澤 葉子