

# 相談室だよ



スクールカウンセラー 中島 彩  
心の教室相談員 小林 由美子

みなさん、こんにちは。急に寒くなり、体調などくずしていませんか？  
体が疲れた時には、ちょっと一休みが必要です。同じように心が疲れた時にも、ちょっと一休みが必要かも知れません。

さて今月は、歌声コンクールがあります。最近、1階の廊下にもみなさんの美しい歌声が聞こえてきます。クラスみんなで団結して取り組みますので、周りの人達の新しい一面を知るチャンスにもなりますね。

## 「いじめられてる君へ」

相談はカッコ悪くない

朝日新聞で  
大反響をよんだ  
連載が  
1冊の本に

いじめられている君へ  
いじている君へ  
いじめを見ている君へ

朝日新聞社編

いいか、絶対にあきらめるな。いじめが一生続く、自分だけが不幸なんだって思ってるだろ？

俺自身もそうだったから。でも、いじめきつとなくなるものなんだ。(中略)「いじめられたらやり返せ」という大人もいる。でも、やり返したら、その10倍、20倍で仕返しされるんだよな。わかるよ。俺は一人で悩んじゃった。その反省からも言うけど、少しでも嫌なことがあれば自分だけで抱え込むな。親でも先生でも相談したらいい。先生にチクったといわれたって、それはカッコ悪いことじゃない。あきらめちゃいけないんだ。 — 内藤大助 (ボクシング元世界王者)

この本には著名人63人からの命のメッセージが書かれています。相談室にありますのでいつでもどうぞ

月	火	水	木	金
			1	② 小 林
⑤ 小 林	⑥ 中 島	⑦ 小 林	8	⑨ 小 林
12	⑬ 小 林	⑭ 小 林	15	⑯ 小 林
⑰ 小 林	⑳ 中 島	㉑ 小 林	22	23
⑳ 小 林	27	㉘ 小 林	29	㉙ 小 林

## ・・・相談室の利用の仕方・・・

- ◎ 相談室は、○のついた日に開室しています。昼休みと放課後は自由に利用できます。
- ◎ 保護者の方もお気軽にご相談下さい。学校にいらした折りに、ご予約下さっても結構です。
- ◎ 相談員は、守秘義務がありますので安心してご相談下さい。

電話：04 7182 5191 (学校電話) → 中島・小林まで  
中島 火曜日 (10:00~16:00)  
小林 月、水、金曜日 (12:00~16:30)  
(9:00~13:30) 但し午前の時