

# 相談室だより



令和5年9月29日  
惜陰小学校 相談室

こんにちは、相談室です。学習やスポーツに打ち込むのに絶好の季節となりました。2学期が始まって1か月。お子さんに疲れは見られませんか。気がかりな点がありましたら、遠慮なく御相談ください。

## ～高田カウンセラーより～

今年も例年同様、食育の秋を最優先させている高田です。ご家族でウォーキングやちょっとした運動などスポーツの秋を楽しんでください。

今月はもう一つ、読書の秋で、『カウンセリング詩 <sup>むつうよもい</sup>六浦基 著 海雲社』から、2つの詩を紹介します。心に風を通し、ほんの少し力づけてくれる言葉がたくさん記載されています。

自分が主人公  
六浦基

相手の氣ワルしたらあかんと  
言いたいと言わなかった  
相手が傷ついたらあかんと  
やりたいことやらなかった  
あなたはそう言うているけど  
ほんとは相手に氣がねして  
言いたくなかったし  
やりたくなかったんと違うんか  
ひよっとしたら  
自分が傷つくのが  
こわかった  
一度ごかまさんで  
ゆっくり  
自分の心のなか  
たしかめてみ  
相手のせいにせんで  
じぶんの本心のところどうごいたら  
きつと  
楽になるで  
人間って  
そんなもんや  
自分の責任で生きてる  
自分が主人公やもん

たいの話  
六浦基

楽になりたい  
自由になりたい  
勉強したい  
ひとの話きけるようになりたい  
ひとの氣持ちわかるようになりたい  
仲良しになりたい  
好きなことやれるようになりたい  
こだわらんようになりたい  
ひとの目にせんようになりたい  
もつと生きいき生きたい  
美味しいもの食べたい  
どこか遠くへ旅したい  
幸せになりたい  
ほんまやなあ  
その通りになれたら  
ほんまにええなあ  
そやけどあんた  
たいの話ばかりやなあ  
ごじゃごじゃ言うてんで  
今この  
あなたにできることから  
やってみいや



## 10月のカウンセラー来校日

たかだみちよ  
高田道洋カウンセラー

10月5日(木)、10日(火)、16日(月)、24日(火) 10:30～14:30

ひらいりえ  
平井理恵カウンセラー

10月6日(金)、20日(金)、27日(金) 10:30～13:30