

令和7年3月19日(木)  
由木西小学校スクールカウンセラー

# すくーるかうんせらー通信 3月号

## みなさん、がんばりました

この一年間、みなさんといっしょに過ごさせてもらい、ありがとうございました。そばにいて思いましたが、どのお子さんも、その時その時で、そのお子さんなりに頑張ってきました。結果が伴ったもの、伴わなかったもの色々あるでしょうが、その子なりに成長したのは確かなことです。



## 涙のこらえ方について

卒業式をひかえて、6年生の子ども達も、保護者の方々も、先生方も、さまざまな想いをお持ちのことでしょう。でも、おそらくどなたにも共通しているのは、別れることの寂しさではないでしょうか。別れが好きな人などいないとは思いますが、私はとても苦手です。他の誰かの涙を見てしまったり、合唱曲のピアノ伴奏が始まったりするだけで、目頭が熱くなってしまいます。

以前は、いかに泣かないようにするかを色々と考えましたが、悲しいものは悲しく、涙は止まりませんでした。泣けてしまうのは仕方がないと開き直った方が、まだ、少しはましなように感じます。

でも、今年はこちらちょっと試したいことがあります。実は、「また会ったときに恥ずかしいからね」という、とあるマンガでのセリフを聞いて思ったことなのですが、それは、別れてしまったら、もうその人とは会えない、何もしてあげられない、と思うから悲しくなるのでは？ということです。もしかしたら、卒業してもまた会えるかもしれない、必要とされたらまた会おうと心に決めたら、湿っぽくならなくてすむのでは？ということです。今年、これで涙をこらえようと思います。

卒業生のみなさん、保護者のみなさん、ご卒業おめでとうございます。これからも、お困りのことがありましたら、こんなスクールカウンセラーもいたなあと思い出してください。中学校のスクールカウンセラーと連携することは、できるかと思っています。

## 相談の方法

スクールカウンセラーの勤務日は、木曜日です。相談時間は、8:15~16:45です。相談の予約や確認は、それぞれの担任の先生や養護教諭の先生になさってください。2回目以降は、スクールカウンセラーもお受けいたします。

新年度の勤務予定は、4月になりましたら、お知らせいたします。