

1 学期終了！いよいよ夏休み!!…3年生は「勝負の夏」

いよいよ23日から1年遅れではありますが「東京2020オリンピック・パラリンピック」が開催されます。それにあわせて22日は「海の日」、23日は「スポーツの日」となり、学生以外はなんと4連休でスポーツ観戦にはもってこい!... 残念ながら、一部の会場県を除いてほとんどの競技は無観客での開催となりました。新型コロナウイルス感染症のワクチンの接種が世界中で行われていますが、まだまだ変異したウイルスの感染は拡大中で気は抜けません。

ニュースでは、来日したオリンピックの選手団や関係者がコロナ陽性だったとか、出場を控える国もあるとか、なにかと話題はつきません。

佐賀県内でも予防接種が行われていますが、気になるのは「接種者」と「未接種者」の中の分断というか、「未接種者」への心ない言葉や、中傷がでてこないとも限らないことです。国は接種者に対して「接種したという証=パスポート」を、都道府県別に交付できるようにすると言っていますが、逆に持病を抱えた人や、いろいろな理由で接種ができない人に対する差別などがでてこないかちょっと心配でもあります。

教育相談だより第2号では、他者への「何らかの気づき」が大事だと書きましたが、「オリンピックを楽しみたい」という人もいれば「本当に大丈夫なのか」という不安を抱いている人も大勢いると思います。オリンピックに関係する人と世界中の観戦する人がお互いを思いやって、4年に一度のスポーツの祭典で、世界に勇気や元気を与えてほしいと思います。個人的には今季オリンピックが初となる、柔道男女混合団体戦が、最後まで日本代表選出が混戦した陸上男子100メートルなどに興味があります。やるからには感染予防を徹底して記憶に残るオリンピックにしてほしいですね。

世界一流のアスリートの試合やボランティアの様子などをみるだけでも学ぶことがたくさんあります。

3年生は進路決定の時期で気の休まる時間もあまりないかもしれませんが、一つの目標に向かって努力するところはアスリートと同じ、**勇気**をもらえるかもしれません。



引き続き感染予防！周囲への配慮も大切に！

東京は4度目の緊急事態宣言に突入し、佐賀にもじわじわと変異型ウイルス（デルタ株）感染者の報告があがってきました。予防接種も接種率があがってきましたが、やっぱり「**予防**」が大事です。

マスク・手洗い、三密をさけるなどの対策は引き続き必要だと思います。

長く、いつまで続くかわからない自粛生活で、「やる気がおきない」「何か疲れた」といった、こころの疲れ・不安感が高まっている人もいるでしょう。何回もいうようですが、疲れ・ストレスは溜まってしまってから解消するのはとても大変で、気が付いた時にはそうしようもない状態になっていることも多いです。 **疲れ、ストレス（特に対人ストレス）、夏特有の体調不良（夏バテ）、SNSでのいじめなど**…。
「こんなことぐらいで」

「他の人や親に迷惑をかけてしまう」といったことから、その悩みや疲れをそのままにいませんか？昔から「三人寄れば文殊の知恵」ということわざもあります。一人で解決は無理でも何らかの解決の糸口が見つかるかもしれません。ぜひ身近の信頼できる人・機関に相談しましょう。（4ページ目参照）

○文部科学大臣メッセージ
(再掲) 「不安や悩みを抱える全国の児童生徒や学生等のみなさんへ」
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/mext_01406.html
(文部科学省ホームページ)



○相談窓口PR動画「君は君のままがいい」
<https://youtu.be/CiZTk8vB26I> (YouTube 文部科学省公式チャンネル)



○子供のSOSダイヤル等の相談窓口
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm
(文部科学省ホームページ)



topic 「没後30年 相田みつを全貌展」観覧しました

7月8日～8月22日まで開催の佐賀県立美術館「相田みつを全貌展—みつをが遺したもの—」を先日観覧しました。相田みつをさんといえば「にんげんだもの」が有名ですね。

作品については掲載できませんので文章だけ紹介します

「つまづいたって いいじゃないか にんげんだもの」

「七転八倒 つまづいたり ころんだりするほうが 自然なんだな
にんげんだもの」

「いろいろ あるんだな にんげんだもの

いろいろ あるんだな 生きているんだもの」



同じ「にんげんだもの」ですが、複数のバージョンがあって、それぞれに味があります。

1991年に67歳で亡くなった、詩人で書家の相田みつを(本名 相田光男)さんは、10代の頃から、画家か書家になることを考え、曹洞宗の禅僧から禅を学びながら、書家として生きる道を選んだひとです。

詩集『にんげんだもの』が出版されたのが1984年で、独特な書体、こどもでも理解しやすい詩で、大ベストセラーになりました。わたしも当時は「ふーん」という感じでななめ読み(10代で若かった!)でしたが、それから数十年たって、あらためて相田さんの詩をみると、「わかる!」と共感の嵐。相田さん自身が生前、子どもさんの学校のPTA会長をされていて「こどもが理解できるような、わかりやすい言葉・おはなし・書体」を心がけておられたそうで、ちょうど三者面談帰りで県立美術館に寄ったために「親」としての自分を反省?していたのとあいまって、「うんうん、わかる」が満載で、帰りはどっと疲れてしまいました。(特に「育てたように子は育つ」の書に…汗)

全体としてコロナで閉塞した環境にあるなか、短い詩でつづられた言葉の中に、人生への深い意味とか教訓のようなものがあり、「人生そういうこともあるよね」と、ちょっと心があたたまったというか、元気をもらえたような気もしました。久しぶりに心の洗濯ができたよう。

この展覧会では、相田さんの詩のキャプション(説明)に、英訳も掲示されていて「なるほど」と、英語の勉強にもってこいと思いました。詩の内容が普遍的なものなので、今年オリンピックイヤーでもあるし、ぜひ外国の方々にも知ってほしいです(もう知られているとは思いますが)。

さらに売店で、ポストカードと、英語対訳つきの本を奮発して三冊も買ってしまいました。教育相談室においでしますので、興味のある人はぜひ来てください。

次のページにいいなと思うものを文章だけ紹介します。高校生も有料の展覧会ですが、書道部の生徒でしょうか、結構学校帰りの高校生もいました。展示(実物)や書籍で書自体を鑑賞することをおすすめします。

めぐりあい (meeting of chance) 『本気』(文化出版局 2006年) p. 7

あなたにめぐり
あえてほんとうに
よかった
ひとりでもいい
こころから
そういつてくれる
ひとがあれば
みつを

“I am so happy to have met you”
if even one person from the depth of their heart
were to say this to me...

ぐち (complaint) 『いのち』(文化出版局 2008年) p. 68~69

ぐちをこぼしたって
いいがな
弱音を吐いたって
いいがな
人間なもの
たまには涙を
みせたって
いいがな
生きているんだ
もの
みつを

it's OK to murmur complaints
it's OK to whine
because we are only people
once in a while
it's OK to show your tears
because we are alive

道 (the road) 『ある日自分へ』(文化出版社 2010年) p. 4~5

道はじぶんで
つくる
道は自分で
ひらく
人のつくったものは
じぶんの道には
ならない
みつを

you make your own road
you open up your own road
the one made by others
will not be your own road

※ 書は本来縦書きですが、横書きにかいてあります。美術館の英訳もデザイン(行間)がすてきでした。書体や文字の大きさ、散らし書きの空間もすばらしいです。

心の相談窓口

きいてほしいと思ったら

- 心のテレホン（24時間） 0952-30-4989
- いじめホットライン（24時間） 0952-27-0051
- 24時間子供SOSダイヤル 0120-078-310
- 子どもの人権110番 0120-007-110
（平日8:30~17:15）
- 佐賀こころの電話 0952-73-5556
（平日9:00~16:00）
- 佐賀県精神保健福祉センター 0952-73-5060
（平日8:30~17:15）
- 佐賀中部保健福祉事務所 0952-30-1691
- 鳥栖保健福祉事務所 0942-83-3579
- 唐津保健福祉事務所 0955-73-4187
- 伊万里保健福祉事務所 0955-23-2101
- 杵藤保健福祉事務所 0954-22-2105
（いずれも、平日8:30~17:15）
- 佐賀県自殺予防夜間相談電話 0120-400-337
（毎日 23:00~5:00）
- 佐賀いのちの電話（24時間） 0952-34-4343
- 佐賀県教育（電話相談専用ダイヤル） 0952-62-2189
- ヤングテレホン（佐賀県警察少年サポートセンター）
（平日8:30~17:15） 0120-29-7867
- チャイルドライン（18歳までの子ども専用） 0120-99-7777
- 児童相談所虐待対応ダイヤル 189(いちはやく)
- SNS相談（ネット検索） 厚生労働省 🔍 📌



スクールカウンセラーへ相談したいことがあれば担任を通じてか、直接お問い合わせください →佐賀商業高校（電話 0952-30-8571）教育相談係まで※次回8/27(金)PM

佐賀
サポート