



長い夏休み～熱中症対策を十分に!3年生は勝負の夏

将来を見据えて動こう……その前に「自分」(こころ・言動)をみつめよう

7月20日、1学期終業式を迎えました。

3年生の皆さんは、いよいよ進路を決める時期がやってきました。残念ながら7月のクラスマッチは中止になりましたが、2学期の佐商祭にむけて準備を頑張ってください！目標に向けてひた走ってほしいです。高校総体の全国大会に出場する人は体調管理もしっかりと。中には進路に迷っている人もいます。必ず保護者の方々や担任の先生、進路の先生方としっかり話し合ってください。

2年生の皆さんは、3年生の背を負いつつも自分たちの学びも多かったのでは？これからは部活、勉強、さらに検定取得と邁進していきましょう。

1年生の皆さんは入学して3か月以上たち、高校での生活に慣れてきたと思います。クラスや部活動での友人関係などの悩みも出てくる頃です。不安に思ったり困ったことがあったら、すぐに担任、部活動の顧問、養護教諭(保健室の先生)、教育相談担当に相談をしにきてください。

さて、6月末に第1回目の学校生活アンケートを実施しました。ご協力ありがとうございました。内容については、各担当に報告して対応していただいています。佐商の生徒さんのコメントは、とても前向きなものが多く、学校生活を楽しんでいるなという気がします。若い世代の人たちがよく使う「陽キャ」=明るい・満足している明るいキャラクター の人が多いのでしょうか。

しかし、それも一つの個性であって、別の個性の人(おとなしい人、陽キャにあてはまらない人、俗に陰キャとされる人)もいます。異なる個性の人たちと集団生活をするということは社交性を身につける絶好の機会ですので、**周囲の人の異なる部分を認め合う姿勢は大事**です。

私の高校時代には(昭和終り頃)はイメージで

運動部=明るい? =今でいう「陽キャ」 > 文化部=大人しい? =今でいう「陰キャ」

と、どちらかという運動部員の方が様々な場面で発言力が強かったのですが、当時の世論が「ネクラ」とか「オタク」などと、おとなしい人たちを揶揄(やゆ)するような論調が多かったせいでもあります。(あくまでも昭和の頃)バブル経済期でもありましたので、何事も競争主義が当たり前、勝てばいいといった時代だったからでしょうか。今ももしかしたら一部そのような人、つまり他の個性を認めない人や、上下関係(マウント)をとって安心したい人も多いかもかもしれません。

部活動などのグループとは関係ないにしても、自分で自分をどちらかの範疇(カテゴリー)に入れて、相手を馬鹿にしたり、逆に自分を卑下したりしてませんか?佐商の生徒さんは、一人ひとり話してみると、とてもやさしく思いやりの心を持っていると思うのですが、一旦集団になると、違う個性の人への思いやりが少なくなってしまうときがあるような気がします。おとなしい感じの人に強く当たったり、仕事をおしついたりしていませんか?自分の言動は佐商の校訓「誠実」なものです。「場のノリ」とか「イジっただけ」「いじられキャラ」と自分で言う人もいますが、そのキャラづけ自体がおかしくはないですか?

「いじり」「いじられ」も内容によっては「いじめ」です。他の人の個性を他人がとやかくいうことではありません。何か言わなければならない時、注意が必要な時は適切な場で、適切な言葉で伝えましょう。

(教育相談係 富永)



スクールカウンセラー伊藤紀子先生来校日（本年度のこり48時間来校）

基本金曜日ですが、月曜日や希望日など、調整してきていただくこともできます。保護者の方も相談できますので、係か担任・部活動顧問までご連絡ください。日時の調整をします。

カウンセリング場所：特別教室棟1階 教育相談室（学校0952-30-8571）

8月	5日（13：00～17：00）	12月	16日（8：30～17：00）1日
	25日（13：00～17：00）★2H	1月	20日（13：00～17：00）★
9月	2日（13：00～17：00）★	2月	17日（8：30～17：00）1日
10月	7日（13：00～17：00）★	3月	10日（8：30～17：00）1日
11月	4日（13：00～17：00）★		

★マークは定時制にも勤務いただく日（17：00～21：00）

もし悩みがあれば……ぜひ相談を。SNS相談もできます。

例年、夏休み明け、2学期の始業式前後に気持ちが落ち込んだり、学校に行きたくない気持ちが高まったり、中には自分を傷つけたいくなる衝動にかられる人、消えてしまいたいと考える人もいます。

夏休みの間に、部活動やクラス、友人、家庭内外の大人とのかかわりなどで、不安に感じたり、嫌なことがあって気持ちがふさいでいる人、または友人が困っているという人は、

・周りの信頼できる大人に相談しましょう

…こころや体の健康にかかわることは急いで相談しよう

いろいろな薬を自己判断で飲まない、人が処方された薬を飲まないこと

今までにない体調の変化があったら必ず病院に行く

知らない人とのメール相談の回答をうのみにしない

複数の友達（だと思っている人）に、てあたり次第話さない

・友達が悩んでいる時は『大人に相談に行こう』と声かけをしましょう

・自分にあった相談窓口相談してみましよう …SNSや電話、メールなど

一人で考えると悪い方・悪い方に意識がいつてしまいます。

その場だけの解決ではなく、根本的な解決ができるように、必ず第三者の大人に相談することが必要です！

話せば楽になるニャ!!



相談したいこと気がかりなことがあれば、担任、顧問を通じてか教育相談係までご連絡ください

→佐賀商業高校 教育相談係 富永（電話0952-30-8571）