



田原本町立北中学校
教 育 相 談
2 0 2 3 年 1 1 月

北中学校のみなさん、こんにちは。2学期も半分が過ぎ、急に寒くなり、すっかり冬の季節になりました。2学期の前半は、体育大会や文化祭、中間テストと行事が盛んでしたね。後半も、学年ごとにそれぞれ行事が控えており、その準備で忙しい日々を過ごしていると思います。疲れが出てくる時期でもあるので、心と身体を休めることも大切にしてくださいね。

ヤマアラシのジレンマ～心の距離～

【ある寒い冬の夜のことで。

2匹のヤマアラシは寒さをしのぐために、ピッタリと寄り添いました。



しかし、近づこうとするとお互いのトゲによってケガをしてしまいます。

そこで、お互いに傷つけないために距離を置きました。

しかし、離れると寒くなってしまうため、再び体を近づけようとしませんが、相手の鋭いトゲが怖くてなかなか近寄れません。

くっつくこうとしては離れて、また近寄ろうとして…ということを繰り返すうちに、ヤマアラシはお互いをケガさせることなくほどよく暖かい『ちょうどよい距離』を見つけました。】

この物語は、ドイツの哲学者ショーンペンハウエルのお話を元に、人間の心のジレンマ（葛藤）を表現しています。

互いに親密になりたいと近づくのですが、相手に近づきすぎると、相手への期待や要求が増えてしまったり、自己主張が強くなりすぎたりと、傷つけ合ってしまうのです。

しかし、人間はひとりでは生きられず、社会の中で生きていく必要があるので、相手から離れると疎外感や寂しさを感じるのです。

そのため、より良い人間関係を築くためには、『適切な距離感』をそれぞれ保つことが大切になります。

実際のヤマアラシは、写真のようにトゲをちゃんと閉じて、体を寄せ合うことができます。

私たち人間も『自分のトゲを閉じる』ことができれば、近づきすぎても、互いに傷つけずに過ごせるかもしれませんね。

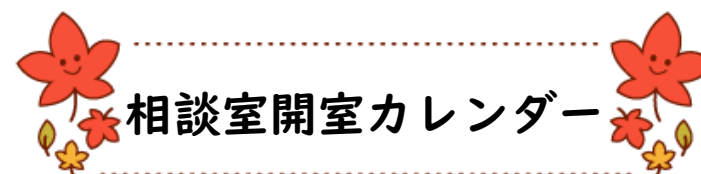
保護者のみなさま 🍂🍁🍂🍁🍂🍁🍂🍁🍂🍁🍂🍁🍂🍁🍂🍁

2学期も半分が過ぎ、朝夕の冷え込みも少しずつ厳しくなってきましたが、お子さまのご様子はいかがでしょうか？

2学期は行事がたくさんあり、もっとも長い学期ですので、心も身体も疲れが溜まりやすくなるかと思います。さらに、季節の変わり目で、新型インフルエンザも流行し、体調を崩しやすい時期でもあります。少しでも調子が優れないときは、ご家庭でゆっくりと過ごす時間を作っていただけたらと思います。

また、“なんだか寂しいな”と気分が落ち込みやすくなる時期でもあります。それは、秋になり日照時間が短くなることや、1日の寒暖差が大きいことが関係しているようです。身体を温めたり、日中外に出て太陽を浴びてみたり、規則正しい生活習慣を心がけることが、心の健康に繋がります。

それでも、お子さまの様子を見て心配なことがありましたら、どんなに些細なことでもご相談ください。今学期も、保護者のみなさま、先生方と一緒に力を合わせて、お子さまが安心・安全に学校生活を送れるよう、サポートしていきたいと思います。



11月

月	火	水	木	金
		1 山下	2 山下	3 文化の日
6	7 山下	8 山下	9 山下	10
13	14 山下	15 山下	16 山下	17 郡濱
20	21 山下	22 山下	23 勤労感謝の日	24 郡濱
27	28 山下	29 山下	30 山下	

12月

月	火	水	木	金
				1
4	5 山下	6 山下	7 山下	8 郡濱
11	12 山下	13 山下	14 山下	15
18	19 山下	20 山下	21 山下	22
25 冬休み	26	27	28	29

開室時間	
火曜日	9:00～15:30
水曜日	13:00～15:30
木曜日	9:00～15:30
金曜日	10:00～16:00
※12/8(金)は、10:00～15:00になります。また、他の日も時間が変更することがあります。ご了承ください。	

教 育 相 談

相談日時：カレンダーの通りです。

相談場所：本館 教育相談室（心のひろば内）

予約方法：担任の先生、また山田先生（教育相談担当）を通じて、ご予約下さい。また、相談室に直接お電話いただいてもかまいません。お電話は、相談室開室時間内に、お願いいたします。なお、相談中でお電話がつかない場合もございます。あらかじめご了承ください。

〔相談室直通：0744-33-3962〕