



# さわやか相談室だより

梅雨に入りジメジメした毎日が続いていますね。6月になり、夏本番を思わせるような暑さが続いたと思ったら急に肌寒くなり、気分まで憂うつになりがちですね。

そんな時、ふいに太陽が顔をのぞかせて、パアッとうそのように晴れる日があります。それを「梅雨の晴れ間」と言います。それと同じように、人は何か悩みや不安があると心を閉ざして気持ちが暗く沈みがちになりますが、人に話を聞いてもらったり、なぐさめてもらったりするだけで、気持ちが楽になるものです。それを「心が晴れる」と言います。今、悩みを抱えている人、一人で抱え込まずに誰かに話を聞いてもらいましょう。きっと心が晴れてすっきりしますよ。



## 「神様にもらった果物」の話

(果物＝自分らしさ)



昔、神様は、人間一人一人に果物を一種類だけ、自分の手で持てるだけの果物をくれました。あなたは赤く輝いていて、果汁のたっぷり入ったおいしいりんごをもらいました。でも「私が持っているのは、たった一つのりんご。あの人は、もっとたくさん持っているのに」とうらやましく思いました。

友だちは、手の中に深い紫色をした、おいしいぶどうを持っていました。友だちは「私は小さなぶどうしか持っていない。あの人は大きなりんごを持っていてうらやましい」と思っていました。

神様のルールは自分に与えられた果物を大切に味わうというものなのに、人はないものねだりをして、悩んでしまうのです。人と自分が同じになることは、それ自体が無理なことですが、他人と比べるのではなく、自分の良さに気づき、活かすことができたらいいいですね。

## ～お知らせ～

☆スクールカウンセラー長柄先生の来校日は毎週月曜日です。

来校日は7月2、9、18(水)、23、30日 10:00～16:30です。

事前に電話予約をお願いします。

048-553-3321 (相談室直通)

