

# ☺ カウンセラー便り No.2 ☺

令和7年6月5日  
スクールカウンセラー ユン ジソン

## 雨が降る日は降る日で…

アンニョンハセヨ、スクールカウンセラーのゆんです。

今年度も始まって、もう2ヶ月が経ちました。はやいですね。6月ぐらいになってくると、学校生活での良くも悪くも友達と意見が合わないことが生じたり、些細なことでお互い悪口を言い合ってしまったって喧嘩になったりと、色々トラブルもでてきますよね。

カウンセラーとしては、「みんな年度初めの頑張りから少し疲れてきて、心がイライラしてるのかな」おもいつつ。そう、人間関係も晴れ時々曇り、といった感じでなんともスッキリしない。いつも晴れてたらいいなと思うけど、なかなかそうはいかないですよ。

天気自体はかえることができず、ある意味、人間関係も天気と一緒に、いくら頑張ってもたまには雨が降るし、ずっと降ることもしばしば。自分の気分も天気と一緒にゆらゆらゆらと。

大切なのは、雨が降った時には、傘をさして雨に濡れないこと。雨自体を止めようと頑張らないこと。そのうち時間がたてば、きっと晴れる！傘がない時は、どしゃぶりの中で買いに行くのではなく、晴れた日に買いにいけばいい。

晴れた時に、「今度雨が降った日には風邪ひかないようにお互い気をつけようね」と話し合えばいい。きっといつか晴れます。人間関係もトラブルも時間がたてば、きっといつかはよくなります。雨に濡れても、「あの時ズブ濡れだったよね～」と思い出を語って笑い合える日はきっときます。だから大丈夫。

宮沢和史（THE BOOM の）の歌の一節を引用。

雨が降る日は降り日で予定を棒にふればいい  
ひまわりのまわりには君がいっぱい

今週の日曜日はとてもいい天気だったのでゆんさんは、車を洗いました。

火曜日には雨が降るとの予報があり、ゆんさんの洗車は「意味がない」とわかってはいたけど、「気分がいいから洗車したい」というその時の気分を大切にしました。

皆さんも、あまり先のことを考えずに、雨が降る日は降る日で、晴れた日は晴れた日で、その時の気分を大切に。何かお困りのことがありましたら、スクールカウンセラーのゆんまで。

一学期（7月末まで）の相談日を、お知らせします。

=====

- ・6月10日（火曜日）8時30分～12時30分
- ・6月24日（火曜日）8時30分～12時30分
- ・7月1日（火曜日）8時30分～12時30分
- ・7月16日（水曜日）8時30分～16時20分
- ・7月22日（火曜日）8時30分～12時30分
- ・7月29日（火曜日）8時30分～12時30分

=====

ご予約の方法は、

- ・担任教諭もしくは椿山（つばきやま）までご連絡ください（\*どなたでも構いません）。
- ・詳しい内容は言わなくてもOK・生徒・保護者、どなたでも利用できます。
- ・オンラインもしくは電話での相談も可能です。