

上板橋第二中学校



## ～相談室だより～



令和8年 5月号

スクールカウンセラー 佐藤 有理

田中 浩子

上二中の皆さん、こんにちは。新年度…友人関係や勉強に慣れないといけない時期。色々な事が同時に動く5月は、自分に手間をかけていい時期です。

さて、5月6日は「コロッケの日」です。昔の料理漫画に、コロッケの話があります。かつて酒が原因で、家族を失った料理人がいました。今は社員食堂で、真面目に仕事をしています。ある日、料理対決のテレビ番組に出ることになります。課題は、コロッケです。

対戦相手の料理人たちは、カニクリーム、ホワイトソース、牛肉…など、味付けを工夫したものや、高級な材料を使ったコロッケを次々と出してきました。一方、この料理人は「コロッケはフランス語のクロケットから来ている。しかし、それは“日本のコロッケ”とは違う」として、素朴なコロッケで勝負します。その話の中で、コロッケを作る姿が、テレビ画面の向こうで見ていた家族の目に届き、離れていた家族とも、仲直りします。

コロッケは、ジャガイモをふかし、潰し、具と混ぜ、まとめて、油を火にかけ、揚げる。手間がかかる。そして、片付けも楽ではない。(近くの大人に聞いてみてね)。

でも、いないとさみしい。もう一品のご飯のおかずになる、パンにもはさめる。商店街で小腹がすいたときのおやつにもいい。日本の食卓にも、商店街にも欠かせない存在です。

いい例え話になったかわからないですが、5月の学校は、色々なあなたの可能性を広げながら、新年度に慣れながら、友人関係にも慣れつつ、勉強にも慣れないといけない、コロッケみたいな時期です。だからこの時期は、自分自身に手間をかけていいのだと思います。

気持ちが散らかったままでも、かまいません。話していくと、思いがまとまる(コロッケ?) こともあります。必要なときに、思い出して、興味があれば相談室まで来てみてください。悩みや迷いを、何回かに分けて、上手くにまとめ、形にし、ちょうどいい感じの味付けにしていきましょう!

## ☆スクールカウンセラーと相談をしたいとき☆

★「ほかの人には聞かれたくない話がある」「ゆっくり相談したい」というときは、予約して相談することができます。（予約がない時は、その場でお話することもOKです）

- ①スクールカウンセラーの佐藤・田中に直接話す
- ②担任や話しかけやすい他の先生方を通じて予約をする

という二つの方法で予約をすることができます。時間を調整してお知らせします。

★本校の相談室では、保護者の皆様の相談も受け付けております。

**「これくらいのことでも、相談してよいのだろうか？」**

と思われることでも、気になることはお気軽にご相談ください。

相談予約については学年の先生を通じ、スクールカウンセラーの佐藤・田中までご連絡ください。

上板橋第二中学校 ☎03 (3956) 8136

★相談室の場所：2階昇降口前、保健室横

## ☆カウンセラー勤務日☆

佐藤

対応時間 8:30~16:30

5月:27日

6月:3日・5日・10日・17日・22日

7月:1日・8日・15日・22日・29日

田中

対応時間 8:50~16:30

5月:26日

6月:2日・9日・16日・23日・30日

7月:7日・14日



実はソースって、たくさんのスパイスと果物が入っていて、作るのにけっこう手間がかかっています。コロッケは、ふかされ、砕かれ、混ぜられ…いろんな苦労をしてきている。ソースがかかったコロッケは、手間に手間をかけた苦労の連続みたいな料理…。でも、なんでもない顔をして食卓に並ぶ。そういう感じ、なんか好きです。