

上板橋第二中学校



～相談室だより～



令和8年 6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。6月です。田んぼに水が入り、苗が並ぶ季節です。昔の日本では、米はお金同然、生活そのものでした。お米が取れない年でも、納める量がかわらなければ、手元に残る分は少なくなります。ある年、飢饉や疫病（社会の先生に聞いてね）が重なり、米は取れないのに納める量は多いまま。「これ以上は無理だ！」と農民が立ち上がった、土一揆（どいっき）という反乱がおきました。これを単なる反抗ではなく、限界のサインとして見ると、少し違って見えてきます。

相談室には、生徒から「宿題ができていなくて、スマホを取り上げられた」という話が届くことがあります。また、親から「うちの子は反抗期で、宿題をやらないので、スマホを制限した」という話も聞かれます。同じ宿題でも、10分で終わる子もいれば、30分かかる子もいます。理解の速さだけでなく、その日の疲れや、気持ちの余裕も関係しています。

「やることをやらないなら、スマホを取り上げる」という方法は分かりやすく、一瞬で行動を止められます。でも、動きを止めることと、力が育つことは違います。これをされたら、（もう反抗期は終わっていますが）自分なら、より反発したくなるかもしれないです。

たとえば、ピカチュウ。「今日は1回しか、雷（かみなり）出せなかったね。しかも1000ボルトくらいしか出てない。じゃあ今日は遊びなしね。」と言われたら、急に強くなるというより、技を出すこと自体が少し怖くなるかもしれません。

苗は、水を切らしすぎても育ちません。かといって、水を入れすぎても根が弱ります。大事なものは、放っておくことではなく、育つ余白や体力を残すことです。スマホを取り上げるのが正解とも、取り上げないのが正解とも、簡単には言えません。その子にとって何が支えで、何が負担なのか。何を残し、何を減らし、どこに余白を作るのか。一緒に考えていけたらと思います。

☆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

7月：1日・8日・15日・22日・29日

8月：5日・19日・26日

田中

対応時間 8:50~16:30

6月：30日

7月：7日・14日



雷を稲妻というのは、雷が鳴り、雨が多いときにお米がよく取れるので、お米のお母さんということで、“稲妻”と言われているようです。ちなみに、近年のコメ不足は猛暑と需要の読み間違いが原因だそうで、ピカチュウのせいではなさそうで、よかったです。