



発行日：2023年11月1日
発行者：荒川区立第三中学校 TEL：03-3801-5808（職員室）
住所：〒116-0003 荒川区南千住 8-10-1



—— 教育相談室からのメッセージ ——

世界の状況と日本、そして教育相談の現場で思うこと

輝汐祭、お疲れ様でした。この時期、各クラスからの歌声、とても生き生きとして心地良いものでした。そして気づくともう期末テストですね。今度は専科も加わっての3日間、この間の学びをしっかりと振り返る機会としつつ、着実に自分のものとして身につけてください。それが終わると、クリスマスとお正月ですね。早いものです。3年生はいよいよ追い込みの日々へと突入ですね。

さて、世界に目を向けるとウクライナとロシアの戦争が続く中、今度は中東で大変な惨劇が始まりました。長くて複雑な歴史と経緯があるわけですが、本当に見るにしのびない映像が連日送られてきます。日々の暮らし、そしてこれまで築いてきたものが、根こそぎ奪われ、生死さながらの日々。情報の送り手がいればこそ、そうしたこともわかるわけですが、それが無いとこうした現実があるということ自体、段々と忘れがちになってしまいます。怖いことです。

とはいえ、この種のことを目のあたりにするにつけ、改めて一応、平和に過ごせる日本の状況を有難く思わざるをえません。

こうした戦争の状況に比すと本当に小さなこととなりますが、最近、教育相談の現場で多いのは「ゲームやスマホを手にしてばかりで生活リズムがくずれている」「親が働きに出るとあとは家に1人だけ残る形。とがめらることなく過ごしてしまう」「複雑な面倒なことを考えるのがしんどそう」等々、親御さんからの相談が目立ちます。確かにスマホは実に便利なツールですが、それらに早くから馴れすぎると、自分の頭で考えるということが実におろそかになって、安易で受身な時間の使い方になりがちですね。機械のように思ったようにはならない生身の人間との関わりも苦手な面倒なものになったり……。こうしたツールとの節度あるつきあい方が今、とても求められているように思います。

ではどうしたら良いか……。まずは以前にも紹介した本(2021.11付)を再掲させていただきますので、参考にしてもらえたらと思います。これらはこの領域では第一人者である国立久里浜医療センターの樋口進・前院長によるもので、
『ゲーム・スマホ依存から子どもを守る本』法研、2020.11
『スマホゲーム依存症』内外出版社 2018.1
です。ともに本人や家族が心掛けることについて、本の半分近くの頁をさいて、まとめておられます。可能なら家族全員で読み合い、それをもとにいろいろ話し合っ、うまくつきあっていただけたらと思います。(平野 学)

.....
カウンセラー紹介（公認心理師・臨床心理士）

河上 大（かわかみ だい） 木曜日 8:15~13:00 または 14:00~17:00
平野 学（ひらの まなぶ） 金曜日 10:00~18:30

11月の予定

河上 平野

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |

12月の予定

河上 平野

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | | | | | | |

(▽午前、△午後)