

# スクールカウンセラー便り

令和7年 3月  
鷲塚 小学校SC

いよいよ3月、6年生のみなさんはもうすぐ卒業。ちょっと早いですが「おめでとうございます！」中学校と小学校の大きな違いは、遊具がないこと。高学年になって、遊具が使いづらくなった人もいそうですが、昔みたいに遊んでみたいと思ったら、残りの時間、遊具とも過ごしてあげてくださいね。1年から5年の、在校生のみなさんは、6年生の人にゆずってあげたり、一緒に遊んだりするのも良いかも。そしてまた4月になったら、新しい学年でも、元気いっぱい遊んでくださいね。

## お子さまの成長に生かす こころの知識



～ せかいは〇で、みちている！！～

ある町の、休日は入れないほど有名な「きっさ店」。令和の小学生のみなさんは知らない言葉かもしれないので、一応説明します。「ドリンクを飲んだり、スイーツを食べたりしながら、おしゃべりしたり、ひとりでゆっくり過ごすお店」のことです。たまたま平日に行ったら、すごく空いていました。「ここをどうぞ」と、お店の人に案内された席には、すごく背の高いイス。ピョンとジャンプして座ります。座ったあとは、足が全然、床に届かないけれど、ながめは良い。そんなオシャレなイス。

しばらくは「落ち着いた雰囲気がいい感じ～」とか思ってた、何やら、違和感、カタカタ。このお店は、古い感じが人気ポイント。だからイスも古くて、4本の脚の長さが、そろってない(!!)

はじめは「人気店なんだから、イスくらい新しくしたらあ…？」と、心のせまいことを、頭の中でツイートしていました。でもそのうちに、「今の時代にちゃんとしたお店で、イスカタカタは、レア体験。楽しんだ方が良いのかも」、と思えてきました。で、カタカタが、ゆらゆら、ぶらぶら、でおさまるくらいのバランスをいろいろ試しているうちに、「ふぞろいなところが楽しいイス」になりました。

私たちは、安定して、落ち着いて、足りないものがないようにして…ということばかりを、ついつい、〇だと思いがちです。でも、「全部がきちんとなってなくても、それを生かして〇にすることもできるし〇と思えることもあるんだなあ」、ということに、あらためて気づいた体験でした。

そうそう、「ゆらゆら、ぶらぶら」には、気持ちをコントロールする効果があります。腕を前後左右にぶらぶらさせたり、こしを軸にして上半身をゆらゆらさせると、穏やかな気持ちが増えますよ！

