

# えんどうまめ通信

H25・5月

練馬区立中村小学校 心のふれあい相談員だより

遠藤 絵里



## 「心の風邪」

新学年が始まって1カ月が過ぎました。

ゴールデンウィークも終わり、親子共々4月の緊張感から少しずつ日常を取り戻しつつある毎日ではないでしょうか。新しい環境でがんばっている子どもたちと、送り出してくださっている保護者の皆様一人一人に、声援を送りたい気持ちでいっぱいです。

今年度も、(私も一人の母親として)皆様とごいっしょに親子関係について考えていきたいな~と思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

中村小では、今年、教室の配置も新たになりました。北校舎に1、2、5、6年生、南校舎に3、4年生となったのです(昨年は5年生だけが南校舎でした)。これは南校舎にある相談室にとってはよかったな~と感じています。子どもたちの相談はかなりの割合で“友人関係について”なのですが、それが顕著になるのが3、4年生だからです。まだこの学年くらいまでは人目を気にせず気軽に相談室に入ってきてくれることが多いのです。さらに、5、6年生になると、こっそり相談したいという場合が増えるので、自分の教室から離れていることで、かえって来やすいかも~とも思います。

とにかく相談室には「気軽に」…と私は思っています。人間は疲れてくると体の調子も悪くなりますが、心の調子も崩れてきます。もし「風邪っぽいなあ」と思ったら、すぐに薬を飲むか、休むか、病院に行かれると思いますが、心も風邪かな?と思うくらいの状態で来られたら、回復も早いはずです。

どうぞ、「相談室」のイメージが、“何かよほどつらいことがない限り行かない場所”というものであるなら、払拭していただけたら嬉しいです!

実は、何気なくおしゃべりしている中に、いろいろな思いが含まれています。それがヒントになって不登校やうつなどを未然に防ぐことにつながっていきます。前任校で、1年間、ただただ遊びに来ていた子が、もう転校するという最後になってポソッと「親が離婚するんだ」と話してくれました。たわいのない話をして仲良くなって、やっと言えたその気持ちを思うと、抱きしめたくくなりました。

どうぞ保護者の皆様も、敷居をうんと低くしておきますので(^-^)、まずは子育てのイライラだけでももっていらしてください。微力ながら、風邪をひいた心が回復し、整理されて、また元気が出るお手伝いをしていきたいと思っています。お待ちしております。

相談室直通電話 080-2010-1957 月・水(9時~2時)・木(9時~3時) (火曜日は皆川先生です)  
子育ての愚痴や、ちょっと聞いてほしいんだけど……ということも、どうぞお気軽にご連絡ください。

\*Profile 遠藤絵里 大学院で児童学専攻修了。保育・教育雑誌の編集、ライターを経て、現在家族関係心理士(心理カウンセラー)。高校生の息子と中学生の娘の母親。