

SC（スクールカウンセラー）便り 第2号（不定期発行）

「虹色便り」 発行者：SC 荒井吾一（臨床心理士）

『幸せ？』

先日、ある方から質問をされました。

「幸せって、何ですか？」

分かっているようで分からないです。いい機会なので、考えてみました。私はカウンセラーなので、どんな人が幸せなのか考えてみました。

私の知り合いで、Iさんという人がいました。彼は、目が見えません。でも、

「悩みはあるけど、ぼくは、幸せです。」って、会うたびに私に話してくれました。どうして幸せなのかたずねると、彼は、「だって、幸せな人をたくさん知ってるから。」「やさしい人がたくさんいます。みんな、幸せですよ。」と教えてくれました。

だれかの役に立つこと、これは、その人の幸福感を増し、心の健康度も上がると言われていています。いいことをした時、なんかいい気持ちになった経験もあるのではないのでしょうか。

やさしさは、きっと幸せの一部なのでは。と思います。

ただ、相手がある事なので、やさしさが大きなお世話にならないようお気を付けてください。何もしないというやさしさもあります。(^_^)v

私も、Iさんは本当に幸せだと思います。なぜなら、彼もすごくやさしい人だからです。彼のやさしさに、何度も助けられたのを思い出しました。

<カウンセラー来校予定日>

5月：	1日（火）	8日（火）	15日（火）	22日（火）	29日（火）
6月：	5日（火）	12日（火）	19日（火）	26日（火）	
7月：	10日（火）	17日（火）			
9月：	4日（火）	11日（火）	18日（火）	25日（火）	
10月：	2日（火）	9日（火）	16日（火）	23日（火）	30日（火）
11月：	6日（火）	20日（火）	27日（火）		
12月：	4日（火）	11日（火）	18日（火）		
1月：	8日（火）	15日（火）	22日（火）	29日（火）	
2月：	5日（火）	12日（火）	19日（火）	26日（火）	

*カウンセラーの面接（相談）は、児童生徒、保護者の方々がご利用できます。お気軽にご利用ください。

*面接（相談）は、予約制になります。お電話等で学校までカウンセラーの予約を入れたいとお話ください。お手数をおかけします。よろしく申し上げます。