



## 『ひかり』の声

スクールカウンセラー（SC） 秋山邦久・浅沼知一・伊勢谷凡子・石山宏央・  
大竹美貴子・佐々木百合・佐藤さゆり・濱田拓・上村佐知子（文責）

### 【充実の秋】

皆さん、こんにちは。季節はすっかり秋ですね。夏の疲れがたまっているのか、あるいは朝晩が涼しくなって眠り易いのか、なかなか起きられないと感じる方も多いことでしょう。

暑くもなく寒くもないちょうどいい気候ですから、勉強も部活もぐんと伸びる時期です。気持ちを切り替えて、自分のすべきことに腰をすえてチャレンジしていきましょう。



### 【いじめについて考える】

近年、いじめに関する悲しい事件がよく報道されます。こんなことを聞くと、正直、「またか」と耳をふさぎたくなります。SC(上村)は、最近、生徒指導の先生方といじめに関する会議に参加しました。そこで気が付いたことがありましたので、今日は皆さんにそのこととお話したいと思います。

皆さんは、どうして「いじめ」がだめなことだと思いますか？また、どこからが「いじめ」で、どこまでが「いじる」ことだと思いますか？さあ、じっくり考えてみてください。

「そんなこと聞かれなくてわかってるよ！」と言われそうですが、やはり耳をふさがず真剣に考え続けることが大事だと思います。なぜなら、いまだに「いじめ」は起こり続けていますし、大人の世界では、「ハラスメント」や「DV」「体罰」「ストーカー行為」などという言葉となって起こり続けているからです。私は、こうしたことが少なくなるためには、一人一人が真剣に考える機会を作り、意識を高めていく必要があると考えています。

一般的には、「いじめ」は受けた側が「いじめ」だと感じれば、それは「いじめ」だということになります。ここからは私の考えですが、最初の質問で、「どうしていじめが悪いのか？」というと、「いじめ」の中には、相手の心の深いところを傷つけ、相手の存在を否定する内容が含まれているものが少なくありません。ここまで言うと理解してもらえるかと思いますが、我々は人の存在を否定すること、難しく言うと「人権」を傷つけ、場合によっては「生存権」を奪うことは許されていません。目には見えないのですが、殺人にも似た行為だといえます。

「いじめられる側にも責任がある」という人もいますが、その考えからいうと、だからと言ってその人の「生存権」を奪うという理屈はあてはまりませんね。

それでも、「いらっ」としたり、「もやもや」したりする人は、相手の問題よりも自分の問題と言えますから、上手にその気持ちを解消する手だてを考えましょう。ストレスとうまく付き合うことは、人間としての自分の力を大いに高めます。興味のある方は、各学校のスクールカウンセラーにたずねてみてください。



### 10月カウンセラー出務日時（予定）

角館中 7日(水) 08:30~12:30 (石山)  
13日(火) 13:00~17:00 (石山)  
23日(金) 13:00~17:00 (石山)  
30日(金) 08:30~12:30 (石山)  
神代中 16日(金) 13:30~17:30 (濱田)  
26日(月) 09:30~12:30 (濱田)  
生保内中 21日(水) 13:30~17:30 (大竹)  
西明寺中 26日(月) 13:30~17:30 (濱田)  
30日(金) 13:30~17:30 (濱田)  
桧木内中 19日(月) 13:30~17:30 (濱田)  
28日(水) 13:30~17:30 (濱田)

角館中	TEL : 5 3 - 2 4 1 1
(担当 : 佐々木 充先生)	
神代中	TEL : 4 4 - 2 1 1 0
(担当 : 菅 教頭先生)	
生保内中	TEL : 4 3 - 1 1 8 1
(担当 : 渋谷 聡先生)	
西明寺中	TEL : 4 7 - 2 6 2 6
(担当 : 布谷 教頭先生)	
桧木内中	TEL : 4 8 - 2 3 3 0