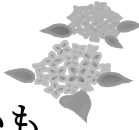


もうすぐ6月  
梅雨入りだってね  
ちょっとブルーな季節かも



ブルーには憂鬱（ゆううつ）という意味があります。ブルー マンデー(blue Monday)なんて、文字通りですね。日本語の青には「若い」「未熟の」という意味もあり、「青二才」「青くさい」などと使います。若葉や信号の緑色を青と言うことも多いですね。

6月2日は大山(だいせん)の夏山開き。この季節にはどんな山に行っても全身が青く染まります。歩けば汗ばむが木陰は涼しい。雨だって平気、傘を差して歩けばいい。雨の山は薫り高く静かです。おまけに夜になれば蛍の乱舞が見られます。こんな素敵なき季節なのに、一般には「梅雨」としてマイナスイメージに捉えられていますね。ジメジメしていたって良いじゃないか。乱暴に暑いだけの夏なんて嫌いだ。梅雨の繊細さが、いとおしいと思うです。(いいね！は幾つもらえるでしょうか。)

さて、人と話すことが苦手だ、嫌だと言う人も多いですね。あなたもそうですか？コミュニケーションの基本は「言葉」と「行動」なのですが、「青」や「梅雨」の例のように、国・地域や人により、意味が変わります。捉え方は、人によって違うんだと認めることが第一歩。「行動」も同じです。

ここで問題です。

困難な仕事を命じられました。

あなたが考えたのはどっち？

(A)できない理由 (B)できる理由

(あれ、何だか就職対策セミナーみたい。)

軌道修正。

相手は自分と違うと分かったら、あとは「言葉」と「行動」の捉え方を工夫するだけです。でも、まあ無理することはない。楽しんでできる方向で考えればいい。案外、第一印象が悪かっただけで、簡単に問題が解決するかも。また、相手が思ったように反応しなくてもイライラしないことですね。時間はかかるけれど、言葉にして相手に伝える努力をしましょう。

ひとりで悩まないで  
ちよっとした心配なこと  
困っていること  
不安や悩み  
腹が立つこと  
ちよっとした話がしたい  
ことはありませんか



多くの人は自分ひとりで解決できたり、友達などに相談したりしていますが、それが苦手な人は、気軽に教育相談室のドアをノックしてください。相談することで、ぼんやりと感じている自分の悩みや不安について、形がはっきりとしたり、解決法が見つかったり、気が楽になっすることが、案外と多いものです。

相談専門の浅倉先生は毎週火曜日  
保健室か相談室におられます。

心がちよっと疲れたら  
自然の力に癒してもらおう

お日様を浴びてみる。  
風に吹かれてみる。  
若葉の林を歩いてみる。

汗が吹き出すまで走ってみる。  
夕日に向かって叫んでみる。

ここにいるぞ！ 私！

