



# 在家中だより

No. 448 令和4年12月23日(金)

川口市立在家中中学校 川口市大字安行領在家272番地  
048(295)4102 FAX 048(295)5661  
URL <http://www.sch.kawaguchi.saitama.jp/zaike-j/>



- ・心身ともにたくましい生徒
- ・自ら進んで学ぶ生徒
- ・豊かな情操を培う生徒

悩みや不安を抱えている人たちへ ～思い当たる人はぜひ読んでみてください～

校長 鈴木 玲

前号 (No.447) の在家中だよりで「時間が流れる速さの体感」について記しました。その内容は「年齢を追うごとに1年が早く過ぎると感じられるのはなぜか?」というものです。

とはいえ、やはり年齢とは関係なく、時間の流れを早く感じたり遅く感じたりすることはあるものです。私自身、毎日、部活動に明け暮れていた高校の3年間。自分が強く望んで進んだ道とはいえ、恐ろしく長い3年間でした。根性論がまかり通る時代。肉体的、精神的に追い詰められる練習が当時の私自身にとって日常であり、この時間は一生終わりが来ないのではないかと怯えるほどでした。

今現在、勉強のこと、部活動のこと、友達のこと、家族のこと、様々な悩みや不安を抱えている人もいます。3年生はこれからの進路・受験のことで毎日苦しんでいるかもしれません。しかし、一つ確実に言えることは、時間の流れが遅いと感じるその日々にも必ず終わりは来ます。もしかすると今、目の前にあるのは必ずしも立ち向かわなければいけない苦悩ではないかもしれません。本当につらくて、どうにもならない時には『一時避難』も考えていいと思います。時間がすーっと流れ出す、その時を迎えることが大切であり、そこへたどり着くまでのアプローチは人それぞれでいいのです。

以下に紹介する2つの機関もみなさんの心の『一時避難場所』になるかもしれません。

令和5年1月、元気なみなさんに会えること、ともに同じ時を過ごせること、楽しみにしています。

埼玉県内に居住・通勤・通学されている方

## こころのサポート@埼玉

# LINE

で心理カウンセラーへお悩み相談!



友達登録はこちらから!



日曜日、月曜日  
21時～翌6時 (受付は終了30分前まで)

令和4年11月以降は21時～翌1時の相談員を増員しています。

期間：令和4年4月3日～令和5年3月27日

令和4年12月21日～令和5年1月16日 } 毎日相談を実施しています。  
令和5年3月5日～令和5年3月30日 } 気軽に相談してみてください!

令和4年12月21日(水)から  
令和5年1月16日(月)までは  
毎日 相談を実施しています。

ご存じですか?  
SODAかわぐち

こころサポートステーション

# SODAかわぐち

2022年6月30日(木) イオンモール川口前川 2階にオープン

こころサポートステーション SODAかわぐち は、若者のメンタルヘルスに関するお悩みなど、さまざまなお困りごとについての相談窓口です。専門チーム(精神科医・公認心理師・看護師・保健師)が、それぞれの問題解決に向けてサポートします。

- ・川口市にお住まいの方、川口市内に通勤・通学されている方が対象です。
- ・対象年齢は15歳～35歳の方(中学1,2年生の方は別途お問い合わせください)にご利用いただけます。
- ・利用料はかかりません(交通費、通話料等は自己負担)
- ・相談利用時には、事前のご予約が必要となります。
- ・どんな内容でも、まずは一度お話を伺います。

〈受付時間〉月・火・木・土 10:00～19:00

電話番号:080-7307-2766 SODAかわぐち 検索

保護者・地域のみなさまへ

2学期も本校の教育活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。今学期は体育祭や合唱コンクールなどを開催することができ、それらを生徒自らが支え、動かしていく中で子供たちは大きく成長することができました。本来であれば、そのような子供たちの姿を多くの方々に見ていただきたかったところですが、まだまだコロナ感染の収束が見えないため、十分にお招きできなかったことをお許しください。

今後とも子供たちの成長のため、温かく見守り、ご指導くださいますようお願いいたします。