



雨の日＝学校行事？

雨の日が好きです。授業中に雨が降り始めて、サーッと音が鳴る。その瞬間に、教室全体の意識が外へ向いて「あ、雨だ」と、みんな同じようなことを考えていることが分かって、なんとなく一体感を覚えたりするような、あの時間が好きです。

私が朝起きて一番にすること。それは、アプリで今日の天気を確認することです。ずっと晴れが続いていて、朝から寝室に光が射しているような時期でも、欠かさず行きます。

「家にいることが何よりも好き」な私が、「外に出る」という一大決心をするには、外の世界のお天気事情を探ることが必要なようです。

「毎日元気に学校に来る」というのは、たしかに理想的な姿かもしれませんが。でも実際には、気持ちが重たかったり、心の中で色々と折り合いをつける必要があったりする朝もあります。大人だって子どもだって、毎日をなんとかやり過ごしているという点では同じで、みんなそれぞれのペースで頑張っているのだと思います。学校は、そういった人たちを大切にできる場所でありたいと思っています。

私が利用しているアプリでは、「みんなの投稿」という機能があり、自分がいる場所の天気をつぶやいたり、写真で投稿したりすることができます。それを見ていると、「ああ、今日もどこかで誰かが私と同じように天気を気にしているんだな」と思って、勝手に親近感を覚えます。一般的な SNS とは違って、誰かの投稿に返信をしたり、お友達になったりすることはできないので、ただ「あ、今日も私と同じような人がいるな」と思えるだけの、ゆるい SNS です。

現代の SNS は、誰かと交流を深めて、つながりを強くすることに長けています。ただ、そのつながりの強さに、疲れてしまう人もいないのでしょうか。そんな時は、SNS からちょっと距離をとって休憩しましょう。無理につながろうとしなくても、自然につながっている……これからは、そんなつながりを大切にしてほしいと思います。

ところで、６月は雨がよく降る季節です。そんな時こそ、「うわー、明日雨かぁ」と、みんなで心を一つにするチャンス。まるで学校行事かのごとく、高校生が抱く気持ちは同じだと思います。「自分と同じ気持ちの人がいる」と思うと、少し元気がでませんか。心も身体も大切にして、梅雨の時期を乗り切っていきましょう。

スクールカウンセラー来校日（相談時間 12:45～16:45）

6/2（火） 9（火） 16（火） 23（火） 30（火）



電話での相談

電話による相談もできます。「青年期の探究」の最後のページに番号を載せているので、活用してください。

