

2024年4月25日

那須高原小学校児童の皆さんへ  
(保護者の皆様もお読みください)

## スクールカウンセラーだより 第1号

はじめまして。この度、令和6年度のスクールカウンセラーを拝命しました佐藤純之(さとうよしゆき)と申します。どうぞよろしくお願いいたします。本校では1年間に8日、校区内にある田代友愛小学校、高久小学校、那須中学校と合わせて1年間に36日勤務する予定です。具体的な勤務日や勤務時間帯については、スクールカウンセラーだよりにて、2ヶ月に1回の頻度で定期的にお知らせします。学校生活で困ったことなどがあれば、お気軽にご相談ください。上記の学校間では、スクールカウンセラーが勤務校を移動してカウンセリングすることも可能です。詳細につきましては教頭先生にご連絡ください。

### ◆スクールカウンセラーとは？

スクールカウンセラーは心理学の専門家です。心理学とは簡単に言えば「人間の心に関する研究」のことです。人間が生きていく中では必ず悩みが生じます。そのような時にどうすればよいのか、いっしょに考え、よりよい方向に進んでいけるようにお手伝いします。

### ◆どんなことが相談できますか？

友達関係のこと、勉強のこと、将来のことなど、どのような内容でも相談できます。「こんなことを相談してもいいのかな？」と思うようなことでも気軽に相談してください。保護者の皆様も、子育ての悩みなど遠慮なくご相談ください。

### ◆秘密は守られますか？

スクールカウンセラーには法律上「守秘義務」つまり秘密を守る義務が課せられており、相談内容は原則として他言いたしません。そのため、他の生徒や保護者その他一般の方々に相談内容が伝わることはありませんので安心してご相談ください。ただし、児童生徒の生命や安全が脅かされるような重大かつ緊急の事態などにおいては例外的に、学校職員や外部の関係機関などと情報を共有しなければなりません。何卒ご理解ください。

### ◆相談方法

相談は原則として予約制です。相談を希望される場合は、小学生は学級担任の先生まで口頭で、保護者の皆様は教頭先生までお電話にてお知らせください。

### ◆4月および5月の勤務予定日および面談可能な時間帯

本校勤務日：4月 なし 5月8日(水)

面談時間帯：8:30～16:30

※他校勤務日：4月22日(月)、5月1日(水)、13日(月)、20日(月)、27日(月)

## ◆自己紹介（お時間のある時にお読みください）

私は栃木県の北隣にある福島県の二本松市という小さな城下町で生まれ育ちました。私を含めた福島県民には福島なまりがあります。「そうですね」が「ほだべした」、「そうそう」が「んだんだ」、他にもたくさんあります。濁点をつけることが可能な音は全て濁点つきに変換されるような感じですが、方言としては茨城県に近いらしく、「無アクセント地帯」というようで、自分では抑揚をつけているつもりでも平坦な話し方になっているようです。ある時、東京在住である私の先生が福島に来られました。「先生、福島弁で何か面白い言葉がありましたか？」と尋ねたところ、「純之君、君の言葉すべてが面白いよ」と言われ少しショックでした。自分では標準語を話しているつもりでしたが、「ひょうずんご」のようです。

皆さんが生まれた頃、今から約13年前に、東日本大震災が起きました。その時、私は福島県内で、太平洋沿岸部から避難して来られた方々を支援する緊急の業務にあたっていました。被災者の皆さんは身体や財産などに大きなダメージを受けていましたが、それに加えて心にも大きなダメージを受けていたことを痛感しました。中には生きる望みさえ失った方もおられ、そのような方々をどのようにして支援したらよいのか途方に暮れる日々を送りました。この経験がきっかけとなり、被災者はもとより心にダメージを受けた方を対象として、心のエネルギーが回復する力（※これを英語で「レジリエンス」と言います）について研究したいと考え、新たに研究生活を始めました。研究では、自分自身や家族、知人などが被災し、帰る家すらなくなったりした医療関係者が昼夜を問わず重症患者を受け入れて緊急治療を行ったり、震災直後から太平洋沿岸部に赴き被災者支援をした方を対象として、なぜそのような力を発揮できたのかについて調査しました。

大学院を修了後、獨協医科大学国際協力支援センター国際疫学研究室福島分室というところで働きました。そこでは、放射線に恐怖心をもっている方の心のケアをしたり、国連放射線防御科学委員会が作成した英語の論文など海外の研究論文を翻訳したりしてきました。上司は放射線被曝の専門家で、旧ソビエト連邦（現ウクライナ国内）にあるウクライナ語の「チョルノービリ」（ロシア語の「チェルノブイリ」）を数十回訪れ、この地の大学での博士号も持っている方でした。私がおその大学を辞する直前にロシアによるウクライナ侵攻が起きたため、ウクライナ在住の知人をはじめとするウクライナ難民を支援するための緊急業務にあたりました。私はかつて、ウクライナの隣国ポーランドで研究生活をしてきたことがあったため、ポーランド大使館と連絡を取り合いました。上司の尽力により、緊急避難用の日本政府専用機に上司の友人を乗せることに成功しました。まさに、世界で起こっている恐ろしい現実と直面した日々でした。いずれ機会があれば詳しくお話ししたいと思います。

その後、小中学校のスクールカウンセラー（以下SC）を志し、栃木県外でカウンセリングの仕事をしてきました。今回、栃木県のSCとして勤務するきっかけとなったのは、東日本大震災直後に私の家族が栃木県那須塩原市に自主避難し、栃木県の皆様に大変お世話になったことです。黒磯駅近くのマンションを間借りし、週末には家族で那須町内を巡りました。道の駅友愛の森は息子のお気に入り、大きな岩の上で喜んで飛び跳ねていました。温泉までドライブし、お菓子を買って、地元産の野菜が揃っているスーパーで野菜を買って帰宅することが週末のルーティンでした。那須は福島県境にあり通勤も十分可能であるため、栃木県内のSCに応募し、今春に採用頂きました。どうぞよろしくお願いたします。

