



スクールカウンセラーだより

ちゅう しゅう めい げつ ごう

中秋の名月号

さいとう きょうこ
スクールカウンセラー 齊藤 恭子

つき み あ よる 月を見上げる夜に

ちゅうしゅう めいげつ じゅうごう や つづ にほん ぎょうじ
中秋の名月（十五夜）は、むかしから続いている日本の行事です。

あき つき み
秋のきれいな月を見ながら、

「おいしいものが、たくさんできました。ありがとう」

という気持ちをあらわします。

つき み さと
月見だんごや里いも、くり、さつまいも、ぶどうなどをそなえたり、

ススキをかざったりして、月をながめます。

むかしのひと つき み とお たいせつ ひと おも
むかしの人も、月を見ながら、遠くにいて大切な人を思いました。

すこ つき み あ
少し月を見上げると、こころがゆっくりすることがあります。

みなさんも、きれいな月を見つけたら、すこ 少ながめてみませんか。



くるしいときは、そら み あ 空を見上げて

がっこう
学校やおうちで、いろいろなことが重なると、

「もういやだな」「だれもわかってくれない」「ひとりぼっちみたい」

と思うかもしれません。

くるしいときは、め まえ せかい ぜんぶ み
目の前のことが、世界の全部のように見えてしまうことがあります。

でも、いま み ひと けしき せかい ぜんぶ
でも、今見えている人や景色だけが、世界の全部ではありません。

まえ わたし たいせつ とも こ ことば おく
前に、私の大切な友だちが、子どもたちにこんな言葉を贈ってくれました。

「あなたたちの知らないところで、手をふって応援しているおばさんもある。」

わたし ことば だいす
私は、この言葉が大好きです。

まだ あ ひと おうえん
まだ会ったことのない人が、あなたを応援しているかもしれません。

きづいていないだけで、とお みまも ひと
気づいていないだけで、遠くから見守っている人もいるかもしれません。

そんな人をつと ひと たいから み おも
そんな人を、宝さがしのように見つけてほしいと思います。

くるしいときは、いま み けしき せかい ぜんぶ き
くるしいときは、今見えている景色だけが世界の全部だと決めつけてほしくないです。

そんなときは、つき そら み あ
そんなときは、月や空を見上げてみませんか。

いま み
今はまだ見えていないだけで、

あなたに手をふって、「だいじょうぶだよ」「がんばってるね」とおうえん ひと
応援している人が、

どこかにいるかもしれません。🌙

