

ご相談はお気軽に

私のコラムの下に、昨年度、教育委員会に入職した臨床心理士・公認心理師の岡本直人さんが毎号、コラムを書いてくれています。

御代田町の規模で専門の心理士をお願いするのはかなり勇気が要ることではありましたが、しかし、学校に通いたいのに様々な事情で一步を踏み出せないでいるお子さんや、発達に何らかの困難があるお子さんをケアするのは喫緊の課題でしたし、ご家庭にしっかりと入っていける岡本さんであれば、教育現場とご家庭が同じ方向を向いてお子さんのために尽くせると考えました。

現状、いくつものケースに携わり、早速成果も出てきています。

ご家庭の皆様をお願いしたいのは、「この程度ならとても相談に行けない」といったようなためらいを持たずに、岡本さんに気軽に声をかけてほしい、ということです。私自身、子育ての過程でまるで病気とは言えないものの気になる兆候を感じ、信頼する心理士さんにご相談にお邪魔したことがありました。私が状況の説明をし、心理士さんがアドバイスをするという流れで、1時間ほどかかっていたいただきましたが、そのアドバイスをもとに私が意識を変え、ほんの少し行動を変えることで、すっかり改善させることができました。「未満」の状態でも早く手を打つことが大事だと実感しました(ただし、信頼できる心理士さんに相談することが重要です。相性の問題もあります)。

子育ての過程で課題がないご家庭などないと思います。相談に行くことは恥ずかしいことでも、町に迷惑をかけることでもありません。「あれっ、どうしたのかな」とちょっとした気づきが出たら、岡本さんのことを思い出してみてください。

Shin ri shi Vol.7
心 理 師
 「モグラたたきに御用心!!」
岡 本 直 人
 Oka moto Nao to



町の心理師、岡本です。前回の「気晴らし」にも少し関連しますが、今回は「プラス」のお話。今回も「プラス」という言葉に厳密にこだわっているわけではありませんが、他の言い方をすれば、その人の「良いところ」「ポジティブな側面」「できていること」「健康的な部分」といった感じでしょうか。大人にしろ、子どもにしろ、困っていることや直したい(直してほしい)ことがよく相談にあがります。当然ですが、基本的にはそれらがこれ以上増えないように話を進めていきます。しかし、それだけだとどうしても手詰まりというか、またすぐに新たな問題が出てくるなど、モグラたたきの状態に陥ることも珍しくありません。そこで、心理相談や園・学校の懇談などでは、先の「プラス」の話を同時並行で進めることも多いです。すでにできていることやもう少しできそうなこと、本人の力が多少なりとも発揮できることなどを探したり、「〇〇しない」ではなく「〇〇する」のように能動的な目標を立てたりします。これを1人でやろうとすると難しいですが、誰かと、あるいは何人かで行うと、1人のときよりもアイデアが生まれやすかったり、意外にも楽しくできたりすることもあります。このようにいざ文章にしてみると、どこかありきたりな表現になってしまいますが、単なる理想や綺麗ごとではなく、具体的あるいは戦略的に考えていくことが特徴です。良いところを増やしたり、拡げたりして、困ったところを相対的に減らしていく…。ぜひ一緒に作戦を考えませんか?

問い合わせ先 教育委員会学校教育係 (32)9100

「母ちゃんの自慢料理集」
販売のお知らせ



農村女性ネットワークでは、「母ちゃんの自慢料理集」を一冊1000円で販売しています。平成15年・16年に活動事業の一環として、「母ちゃんの自慢料理集第1集」を作成し、活動を重なる中でレシピだけでなく、町内の伝統行事にまつわる郷土料理を載せ、「次世代に伝えることも大切な役目」という会員の想いから作成しました。

これまで作成された「母ちゃんの自慢料理集」第1集、第2集、第2集改訂版と「伝えたい御代田町の伝統料理」に掲載したレシピや、30年以上の活動で蓄積した「おふくろの味」をまとめた自慢料理の総集編になっています。ぜひご覧いただき「おふくろの味」をお楽しみください。

なお、売上げの一部は町へ寄付させていただきます。購入については、産業経済課農政係までお問い合わせください。

問い合わせ先 産業経済課農政係 (32) 3113

クビアカツヤカミキリの被害に「注意を

クビアカツヤカミキリは特定外来生物に指定されている害虫です。この虫の幼虫は樹木の内部に入り込んで木を食い荒らし、枯れさせてしまいます。被害が確認されている樹木はサクラ、モモ、スモモ、ウメ、ハナモモなどです。クビアカツヤカミキリが侵入した樹木には、4ミリほどの穴があいており、その穴からフラスと呼ばれる糞と木くずの混じった茶色いものが排出されて、樹木の根本に落ちていきます。このような症状のあるサクラ、モモ、スモモ、ウメ、ハナモモなどを発見しましたら、産業経済課耕地林務係まで、「ご連絡ください」。

問い合わせ先 産業経済課耕地林務係 (32) 3113



フラス (幼虫の糞と木くず)
ひき肉状に連なって出てくること多いですが、春先や枯れた木からはパラパラとまともに出でます。



脱出孔
成虫は細長い穴を幹にあけて出てきます。



幼虫が木の中に多いと、フラスが地面を覆ってしまうこともあります。



成虫
5月の末から7月まで見られます。6月に多く出てきます。体の大きさは触角ぬきで3~4cmです。

